

ALLE KOULUIKÄISEN LAPSEN TEMPERAMENTTI- PIIRTEET

Oppaan valmistaminen lasten huoltajille,
sekä neuvolassa työskenteleville
terveydenhoitajille

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali –ja terveysala
Hoitotyön koulutusohjelma
Sairaanhoitaja
Opinnäytetyö
21.5.2015
Huttunen Iida
Istermaa Katarina

Lahden ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma

HUTTUNEN, IIDA:

ISTERMAA, KATARINA:

Alle kouluikäisen lapsen temperamenttipiirteet
Oppaan valmistaminen lasten huoltajille, sekä neuvolassa
työskenteleville terveydenhoitajille

Hoitotyön suuntautumisvaihtoehdon opinnäytetyö, 51 sivua, 15 liitesivua

Kevät 2015

TIIVISTELMÄ

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen, jonka tavoitteena on tuottaa Hollolan Salpakankaan neuvolalle opas alle kouluikäisen lapsen temperamenttipiirteiden tukemisesta. Opas on suunnattu lasten huoltajille ja neuvolassa työskenteleville terveydenhoitajille työvälineeksi. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on antaa lisätietoa temperamenttipiirteistä ja niiden huomioimisesta kasvatuksessa ja lasten kanssa työskennellessä. Lisäksi tarkoituksena on saada huoltajat pohtimaan omia, sekä lastensa temperamenttityyppejä sekä -piirteitä sekä saada sitä kautta tukea kasvatukseen.

Tämän opinnäytetyön tuotoksena laadittu opas alle kouluikäisten lasten temperamenttipiirteiden tukemisesta pohjautuu kirjallisuuskatsaukseen. Opasta arvioivat neuvola psykologi sekä terveyden hoitajat. Lisäksi huoltajille tehtiin kysely. Huoltajille jätettiin 40 opasta, sekä 40 strukturoitua kyselylomaketta Salpakankaan neuvolan odotustilaan kuukaudeksi. Kyselystä palautui vain kymmenen vastausta. Aineisto kuvattiin prosentteina. Kaikki kyselyymme vastanneet kokivat oppaan hyödylliseksi/tarpeelliseksi sekä selkeäksi. 90 % oli kiinnostuneita oppaan aiheesta, 10 % ei osannut sanoa. Aiheesta lisätietoa olisi halunnut 40 %, ”en osaa sanoa” vastasi 40 % ja 20 % vastanneista ei tarvitse lisää tietoa aiheesta.

Tuloksista voimme päätellä, että kokoamamme opas oli tarpeellinen, selkeä ja ihmiset kokivat sen hyödylliseksi. Terveydenhoitajat toivat esille sanallisesti, että aihe on ajankohtainen ja tärkeä osa-alue kasvatuksessa. Koimme, että opas oli psykologisesti katsottuna tärkeä aihe koskien lapsen kasvua ja kehitystä.

Asiasanat: temperamentti, temperamenttipiirteet temperamenttityypit, kasvatus, ohjaus, kasvu, kehitys.

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing

HUTTUNEN, IIDA:
ISTERMAA, KATARINA

Temperament characteristics of children under school age.
A guide for guardians and child clinic public health nurses

Bachelor's Thesis in Nursing

51 pages, 15 pages of appendices

Spring 2015

ABSTRACT

This thesis is a functional and its aim was to produce a guide for Hollola Salpakangas prenatal care to support temperament characteristics of under school-aged children. The guide is aimed to serve as a tool for children's guardians and the public health nurses working in the clinic. The aim was also to get parents to reflect on their own and their children's temperament types and characteristics and get support in their upbringing. The research problem was to find out whether the caregivers know enough about temperament characteristics.

The thesis was assigned by the Basic Services Oiva Salpakangas clinic office and it was functional. The guide rated prenatal care as well as psychological health of nurses. In addition, caregivers survey was conducted. The research material was collected in the spring of 2015 leaving 40 guides and 40 structured questionnaires in Salpakangas clinic waiting room for a month. The data was analyzed in May 2015. The sample of this survey was fairly small, as only ten questionnaires were returned to us. All survey respondents considered the guide useful and straightforward. 90 % were interested in a guide on the subject, 10 % did not know. 40% would have liked additional information on the subject, 40 % replied "I do not know" and 20% did not want more information.

From the results we can conclude that the guide was seen as necessary, clear and useful. Public health nurses highlighted that the subject was topical and an important area in child raising. We felt that the guide was psychologically seen as an important issue regarding children's growth and development.

Key words: temperament, temperament characteristics, types of temperament, upbringing, guidance, growth, development.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TEMPERAMENTTI	2
2.1	Käsityksiä temperamentin olemassaolosta	3
2.2	Geenien yhteys lapsen temperamenttipiirteisiin	5
2.3	Ympäristön vaikutus lapsen temperamenttipiirteisiin	7
3	ERILAISIA TEMPERAMENTTITYYPPEJÄ JA NIIHIN SUHTAUTUMINEN.	9
3.1	Lapsen ja huoltajan temperamentti	9
3.2	Lasten temperamenttien erot	10
3.3	Lasten temperamenttipiirteet	12
3.4	Lasten temperamenttityypit	14
3.5	Helppo temperamentti	15
3.6	Hitaasti lämpenevä temperamentti	16
3.7	Vaikea temperamentti	17
4	ERILAISET TEMPERAMENTIT ARJESSA	20
4.1	Lapsen temperamentin tukeminen arjessa	21
4.2	Haastava lapsi	24
4.3	Perheen suhtautuminen haastavaan lapseen	25
5	TEMPERAMENTTI OSANA KASVATUSTA	27
5.1	Temperamentti ja kulttuuri	27
5.2	Temperamenttien erot, niiden tiedostaminen ja hyväksyminen	28
5.3	Lapsen temperamentin tiedostaminen arjen tukena ja temperamenttien erilaisuus	30
5.4	Temperamenttipiirteen vaikutus	31
6	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	33
7	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	34
8	OPINNÄYTETYÖN PROSESSI	35
8.1	Opinnäytetyön aikataulu ja toteutus	37
8.2	Opinnäytetyön kohderyhmä	37
8.3	Opinnäytetyön tiedonhaku	38
9	OPINNÄYTETYÖN TUOTOS	39

9.1	Opas ja sen sisältö	39
9.2	Opaaseen liittyvän kyselyn tulokset	40
9.3	Oppaan arviointi	40
10	POHDINTA	42
10.1	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	44
10.2	Opinnäytetyö oppimiskokemuksena	44
10.3	Opinnäytetyön hyödynnettävyys	45
	LÄHTEET	48
	LIITTEET	53

1 JOHDANTO

Lapsen ensimmäisten vuosien hoivakokemukset voivat muuttaa biologista temperamentin pohjaa. Lapsen temperamentti ja sukupuoli yhdistettynä hoidon laatuun, määrään ja tyyppiin vaikuttavat lapsen kehitykseen siinä määrin, että näitä tekijöitä ei saisi jättää huomioimatta lapsen hoidon suunnittelussa. On jo olemassa näyttöä siitä, että vanhempien pitäisi huomioida esimerkiksi lapsen päivähoiton suunnittelussa hänen temperamenttinsa. (Heikkala 2012, 8.)

Monet vanhemmat kokevat huonommuuden ja syyllisyyden tunnetta, jos lapsi käyttäytyy haastavasti. Heidän on kuitenkin hyvä tiedostaa, että käytös on liitännäinen temperamentti-aihteisiin. Vanhempien syyllistävät tunteet itseään kohtaan voivat vaikuttaa lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen muodostamiseen. Vaikutukset voivat olla merkittäviä ja kauaskantoisia. (Keltikangas-Järvinen 2010, 32.)

Vanhempien on tärkeää tietää lapsensa temperamentti jo varhaisessa vaiheessa. Sillä, miten tiedostamattamme kohtelemme lasta, on suuria vaikutuksia lapseen ja hänen kehitykseensä. Lapset ovat yksilöitä, joiden temperamentti on osa vanhempien arkipäivää. (Keltikangas-Järvinen 2004, 20.)

Tämä opinnäytetyö on toteutettu toiminnallisena opinnäytetyönä. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Hollolan Salpakankaan neuvolalle opas alle kouluikäisen lapsen temperamentti-aihteiden tukemisesta. Opas on suunnattu lasten huoltajille ja neuvolassa työskenteleville terveydenhoitajille työvälineeksi. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on antaa lisätietoa temperamentti-aihteista ja niiden huomioimisesta kasvatuksessa ja lasten kanssa työskennellessä. Lisäksi tarkoituksena on saada huoltajat pohtimaan omia sekä lastensa temperamenttityyppejä sekä -aihteita sekä saada sitä kautta tukea kasvatukseen.

2 TEMPERAMENTTI

Keltinkangas, Räikkönen ja Puttonen (2014) selittävät temperamentin tarkoittavan ihmiselle tyypillistä yksilöllistä reagointi- tai käyttäytymistyyliä, joka erottaa hänet muista. Lemponen (2011) tarkentaa temperamentin syntymisen tarkoittavan piirteiden perinnöllistä ja biologista perustaa, sekä piirteiden varhaista ilmenemistä ihmisessä (Lemponen 2011, 7).

Temperamentti ei ole valmis käyttäytymismalli, vaan joukko taipumuksia. Temperamenttiin eivät kuulu defenssit, arvot tai minäkuva. Temperamentti määrää, kuinka helposti ihminen suuttuu, muttei kuitenkaan sitä, mitä hän suutuessaan tekee. Sen määrää persoonallisuus. (Selin 2006.)

Temperamentti kertoo, mitä ihminen tekee ja kuinka hän tekee sen. Kuvaillessamme ihmistä puhumme usein temperamenttipiirteistä, koska temperamentti on yksilöllinen. Se erottaa ihmisen muista ulospäin näkyvinä toimintatapoina ja se on helposti havainnoitavissa. Emme esimerkiksi tiedä, miksi ihminen on huonolla tuulella, mutta voimme helposti havaita, millä tavalla hän sen osoittaa. (Keltinkangas ym. 2014.)

Useimmissa määritelmissä temperamenttia kuvataan reagoinnin intensiivisyytenä: voimaa, energiaa, nopeutta, tempoa tai vaihtelevuutta kuvaavina ominaisuuksina. Toisissa teorioissa nämä reagoinnin ominaisuudet on rajattu koskemaan ainoastaan tunteita ja toisissa ne liittyvät kaikkeen käyttäytymiseen. Rothbartin mukaan temperamentti on ennen kaikkea taipumus tai alttius, joka herää tietyissä konteksteissa. Temperamentti ei tällöin jatkuvasti näy ihmisen käyttäytymisessä. (Lemponen 2011, 7–8.) Temperamentti on vastaus kysymykseen, miksi samassa kulttuurissa ja jopa samassa perheessä kasvaneet lapset voivat olla todella erilaisia. Persoonallisuus taas on hyvin voimaakkaasti kasvatuksen ja kulttuurin tulos, joten se ei niinkään tee ihmisestä yksilöä, vaan ennemminkin siihen vaikuttaa temperamentti. (Heikkala 2012, 9.)

2.1 Käsitteitä temperamentin olemassaolosta

Persoonallisuuspsykologiassa ajatellaan, että synnynnäinen temperamentti on perusedellytys myöhemmälle persoonallisuuden kehitykselle. Toisaalta sosiaalibiologinen teoria taas on sitä mieltä, että temperamentti ja persoonallisuus ovat täysin toisistaan erillään olevat asiat. Sosiaalibiologisesti ajatellen temperamentti siis säilyy itsenäisenä koko elämän. Persoonallisuuspsykologiassa taas ajatellaan temperamentin muovaavan persoonallisuuden muodostumista. Nykyisin on huomattu, että asiat ovat yhteydessä toisiinsa. Synnynnäinen temperamentti on pohja oman persoonallisuuden kehittymiselle ja luomiselle. Varhaista temperamenttia voidaankin pitää persoonallisuuden lähtökohtana ja välttämättömänä valmistusaineena. (Keltinkangas-Järvinen 2009, 66–67.) Varhaista temperamenttia muovaavat varhaiset perheen sisäiset vuorovaikutussuhteet, kasvatus sekä kulttuuri. Kokemukset, jotka toistuvat, ovat merkityksellisimpiä, sekä se, kuinka lapseen suhteudutaan temperamentin muovautumisen kannalta. Esimerkiksi sillä, kuinka vanhemmat tukevat ja rohkaisevat ujoa lastaan tutustumaan toisiin, on paljon merkitystä myöhemmässä elämässä. (MLL 2014.)

Temperamentista on tehty paljon erilaisia tutkimuksia, ja niiden pohjalta on luotu oma termistö ja mittaristo kertomaan erilaisista temperamenttipiirteistä. Ensimmäiset ajatukset temperamenttipiirteistä löytyvät antiikin Roomasta, jolloin luotu termistö on muovautunut erilaisten tutkimusten ja tiedon karttumisen myötä nykyaikaan. Eniten vallalla oleva tapa on jaotella temperamentti karkeasti kolmeen pääluokkaan. Tämän perusta on 1996 Chessin ja Thomaksen tutkimuksessa, jossa he nimesivät yhdeksän temperamenttipiirrettä, sekä tekivät tämän nykyäänkin käytössä olevan karkean jaon kolmeen. Nämä luokat ovat helppo, hitaasti lämpenevä ja kasvattajalle haastava (vaikea). Chessin ja Thomaksen (1996) yhdeksän piirrettä olivat aktiivisuus, alkureaktio uudessa tilanteessa (lähestyminen vs vetäytyminen), sensitiivisyys, rytmisyys, sopeutumisenopeus, mieliala, tunteiden ilmaisun intensiteetti, häirittevyys ja sinnikkyys. Lapsen tapa reagoida uusiin ärsykkeisiin ja tilanteisiin ilmenee

motorisena ja emotionaali sävytteisenä lähestymisenä tai vetäytymisenä. Sopeutuvuudella he tarkoittavat lapsen tapaa mukautua uusiin tilanteisiin. Responsiivisuuskynnys ja reaktioiden intensiivisyys taas puolestaan kuvaavat, kuinka voimakas ärsykkeen täytyy olla, jotta se herättää reaktion, sekä kuinka voimakkaan reaktion ärsyke saa aikaan. Mielialan osa-alue kuvaa surumielisyyden ja toisaalta hyvätuulisuuden määrää. Häirittävyys kuvaa, kuinka helposti ympäristön ärsykkeet saavat lapsen lopettamaan työskentelynsä. Sinnikkyys kertoo, kuinka pitkäjänteisesti lapsi jatkaa työskentelyään haasteiden tullessa vastaan. (Mylly & Peltoniemi 2007, 11.)

Temperamentti liittyy keskeisesti automaattisiin ehdollistuneisiin tapoihin reagoida uusissa, miellyttävissä ja epämiellyttävissä tilanteissa. Yksilöt voivat erota siinä, kuinka voimakkaasti he reagoivat arkipäivän tilanteissa. Elimistön voimakkaammat tunnereaktiot asettavat omalta osaltaan suurempia vaatimuksia esimerkiksi tunteiden ja tarkkaavaisuuden tahdonalaiselle säätelylle. (Puttonen 2004, 68.) Rothbartin, Ahadin, Hersheyn ja Fisherin (2001) näkemyksen mukaan itsesäätely kuuluu myös osana temperamentiin. He korostavat yksilön aktiivista roolia reaktioidensa ohjaajana. Itsesäätely muodostuu erilaisista prosesseista, joilla yksilö säätelee tapaansa reagoida ympäristönsä muutoksiin. Tällaisia prosesseja ovat esimerkiksi lähetyvä, välttävä ja tarkkaavainen käyttäytyminen. Itsesäätelyn lisäksi temperamentti koostuu ulospäin suuntautuneisuudesta ja negatiivisesta tunteellisuudesta. Bussin ja Plomin (1984) teorian mukaan temperamentti koostuu ainoastaan kolmesta piirteestä. Alun perin Buss ja Plomin päättelivät tutkimustulostensa perusteella, että temperamentti muodostuu aktiivisuudesta, emotionaalisuudesta, sosiaalisuudesta sekä impulsiivisuudesta. Myöhemmin he kuitenkin poistivat piirteistä impulsiivisuuden, koska se ei esiintynyt riittävän systemaattisesti eikä sillä myöskään ollut riittävää perinnöllistä pohjaa lasten persoonallisuudessa. (Keltinkangas-Järvinen 2009, 55; Mylly & Peltoniemi 2007, 11–12.) Viime aikoina temperamentin määrittelyssä on ryhdytty käyttämään myös värejä. Värit, joilla temperamenttia kuvataan, ovat vihreä, sininen, punainen ja keltainen. Värit itsessään ovat

neutraaleja, ne eivät leimaa esimerkiksi lasta haastavaksi, vaan väriltään vaikkapa siniseksi. Värimääritelmässä ei nouse heti nimen mukana se, että lapsi on haastava, vaan siinä käydään läpi, että lapselle voivat olla haastavia nämä tilanteet, mutta näissä ovat taas lapsen vahvuudet. (Dunderfelt 2012, 33.)

Hermansonin (2012) mukaan vauvan yksilöllisyyttä saattaa olla helpompaa tukea, kun tietää jotakin temperamentista. Hän selventää temperamentilla tarkoitettavan synnynnäistä, yksilöllisen hermostollisen ja psyykkisen rakenteen pohjalle perustuvaa tapaa toimia ja tyyliä reagoida asioihin. Persoonallisuus syntyy temperamentin ja ulkomailman vuorovaikutuksen, kuten esimerkiksi kasvatuksen tuloksena. (Hermanson 2012.)

2.2 Geenien yhteys lapsen temperamenttipiirteisiin

Temperamentti ei ole yksiselitteinen käsite, vaan erilaisia määritelmiä löytyy lähes yhtä paljon kuin teorioitakin. Lähes kaikissa temperamentin määritelmässä nousee esille, että temperamentti on joukko synnynnäisiä, pysyviä valmiuksia tai taipumuksia. Nämä valmiudet ja taipumukset vaikuttavat siihen, kuinka yksilö reagoi ympäristöön ja sen muutoksiin sekä ilmaisee ja hallitsee tunteitaan. On tutkittu, että temperamentti on ainakin osittain perinnöllinen. Temperamenttieroja voidaan siis biologisten selitysten lisäksi perustella perinnöllisillä eroilla. (Keltinkangas-Järvinen 2009, 49–50.)

Sikiöaika on merkittävää aikaa ihmisen temperamentin kehityksen kannalta, koska tällöin muodostuu temperamentin biologinen, perinnöllinen osa, johon oppimisella ja kokemuksilla ei ole vaikutusta. Tutkimukset osoittavat, että temperamentti on osittain seurausta biologisista eroista sekä osittain geneettisesti määräytynyt. Biologiset erot temperamentin kehittymisessä syntyvät raskausaikana, autonomisen hermoston kehittyessä. (Keltinkangas-Järvinen 2010, 28–29.) Tämä sikiöaikainen temperamentin kehitys kumoaaakin väitteen, että ihminen olisi tyhjä taulu syntyessään. Jokainen vauva omaa jo perityt

temperamenttipiirteet syntyessään. (Anttila, Lähdesmäki, Ojanen, Oksala & Paavilainen 2004, 43.)

Kuten tiedämme, puolet lapsen kromosomeista tulee äidiltä ja puolet isältä. Nämä kromosomit muodostavat yksilöllisen ketjun, johon yhdistyy näiden kahden ihmisen perimä. Tämä perimä ohjaa lapsen keskushermoston, sekä aivojen neutraalin säätelyjärjestelmän kasvua ja kehitystä. Tätä kautta temperamenttiset piirteetkin siirtyvät lapsen ilmaisuun ja tapaan käsitellä asioita. (Keltinkangas- Järvinen 2009, 50.) Vastasyntyneen lapsen käytöstä ja temperamenttia ympäristö ei ole päässyt vielä muovaamaan. Silti jokaisella vauvalla on syntyessään jo olemassa oma temperamenttinsa. Tämä tukeekin osaltaan tietoa siitä, että suurin osa temperamentistamme on perittyä. (MLL 2014.)

Keltinkangas-Järvinen esittää, että nykytietämyksen mukaan serotoniini ja dopamiini ovat keskeisessä asemassa psyykkisten prosessien ohjaamisessa. Nämä aivojen välittäjäaineet osallistuvat kaiken käyttäytymisen säätelyyn, tosin epäspesifisesti. Dopamiini on motivaation, tunteiden ja huomiokyvyn avainsäätelijä. Dopamiinin on todettu myös olevan yhteydessä temperamenttipiirteisiin, erityisesti uusien toimintatapojen, elämänhakuisen ja jännitystä etsivän ihmisen temperamenttiin. Dopamiinin puute taas johtaa apatiaan, asioista kiinnostumattomaan persoonallisuuteen. Serotoniini nähdään tunteiden ja mielialan säätelijänä. Matalan serotonergisen aktiivisuuden on huomattu olevan yhteydessä aggressioon, matalaan impulssikontrolliin ja negatiivisiin affekteihin eli voimakkaisiin tunnetiloihin. (Keltinkangas-Järvinen 2006, 7.) Myös noradrenaliinin on huomattu olevan merkityksellinen välittäjäaine, joka liittyy temperamenttiin (Heikkala 2012, 8). Noradrenaliini välittäjäainetta erittyy silloin kun tunnetta seuraa käytös, joka on joskus johtanut ”palkintoon” eli ympäristön kiitokseen (Keltinkangas-Järvinen 2008, 120).

Ensimmäinen ympäristön ja geenin vuorovaikutuksen osoittavan tutkimuksen teki Caspi ym. (2003.) Tutkijat osoittivat, että serotoniinia säätelevä geeni 5HTT oli yhteydessä henkilön herkkyyteen stressaavassa

ja epäsuotuisassa ympäristössä. Nämä tekijät yhdessä altistivat henkilön depression puhkeamiselle. Myöhemmin on tuotu esille, että nuoruusiän depressio olisi tämän mukaan enemmän ympäristön ja kokemusten olosuhteiden seurausta. Caspi esittää, että MAO-A genotyyppi (seratoniinia säätelevä geeni) välittää yhteyttä lapsuuden huonon kohtelun ja ikävien olosuhteiden, sekä myöhemmän epäsosiaalisuuden käytöksen välillä. Tarkemmin sanottuna, lapsen reagoiminen huonoon kohteluun on tämän tutkimuksen mukaan geneettisen rakenteen ohjaama. Tutkimukset ovat osoittaneet, ettei sanonta ”emme voi geeneillemme mitään” pidä paikkansa. Temperamentti itsessään ei toisin sanoen korreloi kykyihin, älykkyyteen tai motivaatioon, sillä kuitenkin on merkitystä kuinka esimerkiksi koulu reagoi erilaisiin temperamenttipiirteisiin. (Caspi, Sugden, Moffitt, Taylor, Carig, Harrington 2003, 301, 386–389.) Keltinkangas-Järvinen toteaaakin, että perimä on mukana kaikessa, mutta geenit saavat merkityksensä siinä ympäristössä, jossa ne tulevat esiin (Keltinkangas-Järvinen 2006, 7–9).

2.3 Ympäristön vaikutus lapsen temperamenttipiirteisiin

Viimeisimpien tutkimusten mukaan lapsen ensimmäisten vuosien hoivakokemukset voivat muuttaa biologista temperamentin pohjaa. Lapsen temperamentti ja sukupuoli yhdistettynä hoidon laatuun, määrään ja tyyppiin vaikuttavat lapsen kehitykseen siinä määrin, että näitä tekijöitä ei saisi jättää huomioimatta lapsen hoidon suunnittelussa. On jo olemassa näyttöä siitä, että vanhempien pitäisi huomioida esimerkiksi lapsen päivähoiton suunnittelussa hänen temperamenttinsa. (Heikkala 2012, 8.) Viljamaa (2009) mukaan ihmisestä on helppo huomata nopeasti, onko hän nopea, hidas, ulospäin suuntautunut vai sulkeutunut (Viljamaa 2009, 11). Iän myötä vähiten muuttuvia temperamenttipiirteitä ovat rytmisyys, sekä liikkeiden voima ja nopeus, jotka ilmenevät esimerkiksi ihmisen tavoissa puhua, kävellä, leikkiä ja syödä (Heikkala 2012, 8). Persoonallisuutta muovaa kasvatuksen lisäksi kulttuuri, jossa lapsi elää. Se, miten lapseen suhtaudutaan toistuvasti vaikuttaa lapsen kasvuun. Lapsen tiettyä temperamenttipiirrettä, kuten ujoutta, ympäristö ikään kuin muokkaa

lapsen kasvaessa. Kasvatuksen ja uusien hyvien kokemusten kautta ujous voi väistyä ja lapsi voi oppia, että hän on hyväksytty ujoudestaan huolimatta. Jokainen lapsi on erilainen, minkä vuoksi kaikenlaiset temperamentti piirteet tarvitsevat tukea ja hillitsemistä, rajoittamista ja kannustusta. Yhdelle pitää antaa kielto useaan kertaan, kun toiselle riittää, että asiasta sanotaan muutama kerta. (MLL 2014.) Oli lapsen temperamentti millainen tahansa, tulisi lapsen tarpeisiin vastata lämpimällä, läsnäolevala, ohjaavalla ja rajat asettavalla tavalla. Vanhemmuus edistää lapsen sosioemotionaalista toimintakykyä, kuten itsesäätelyn kehittymistä, kognitiivisia taitoja, sääntöihin sopeutumista, vastuunottoa, myönteisten vertaissuhteiden kehittymistä ja prososiaalisia taitoja kuten auttaminen, jakaminen ja tukeminen. Vastaavasti voimakas kontrolli, emotionaalisen lämmön vähäisyys ja rankaisevuus ovat yhteydessä sosioemotionaalisen toimintakyvyn heikkouksiin, jotka tulevat esiin esimerkiksi lapsen käytösongelmina ja aggressiivisuutena. (Karjalainen 2014, 21.)

3 ERILAISIA TEMPERAMENTTITYYPPEJÄ JA NIIHIN SUHTAUTUMINEN.

Lapsen käyttäytyminen muodostuu monesta eri osa-alueesta. Se riippuu muun muassa lapsen kontekstista ja kehitystasosta. Lapsen kyky mukauttaa käyttäytymistään ympäristön tapahtumiin sopivaksi riippuu paljolti siitä, mikä hänen kehitystasonsa on tapahtumahetkellä.

Temperamentti vaikuttaa siihen, miten lapsi kokee ristiriitatilanteet.

Esimerkiksi yksi lapsi ahdistuu ja välttelee tilannetta, kun taas toinen lapsi sopeutuu nopeasti ristiriitoihin ja kykenee muuttamaan käyttäytymistään tilanteeseen sopivaksi. Temperamentti vaikuttaa myös tapoihin, joilla lapsi muokkaa ympäristöään ja siihen, kuinka hän yrittää muokata muiden käyttäytymistä. Esimerkiksi sinnikäs lapsi saattaa olla hetytätön yrittäessään muuttaa toisen näkökulmaa, kun taas hitaasti sopeutuva lapsi ei huomioi ollenkaan sitä, että hänen odotetaan muuttavan mielipidettään. Jotta lapselle voidaan taata myönteinen kehitys ja vakaas, olisi ympäristön turvattava lapselle yksilön temperamentin ja ympäristön vaatimusten tasapaino. Se, kuinka ympäristö suhtautuu lapseen, muokkaa lasta. Kun aikuiset lapsen ympärillä tunnistavat lapsen tavat reagoida erilaisiin tilanteisiin ja mukautuvat sovittaen omat reaktionsa lapsen käyttäytymiseen, luovat he positiivisen suhteen ja yhteensopivuuden ja tasapainon tunteen lasta kohtaan. Jos taas ympäristö toimii päinvastaisesti, on vaarassa syntyä ristiriitoja, jotka saattavat aiheuttaa negatiivisen vuorovaikutuksen aikuisen ja lapsen välille vaikeuttaen lapsen sopeutumista ympäristöönsä. Toisin sanoen lapsen kehitystä kyetään tukemaan positiiviseen suuntaan tukemalla hänen tempermenttiaan ja hallitsemalla ympäristön odotusten välistä tasapainoa. (Mylly & Peltoniemi 2007, 12–13; Wiley 2009, 3.)

3.1 Lapsen ja huoltajan temperamentti

On hankala sanoa, mitkä temperamenttityypit ovat toisiaan tukevia ja mitkä taas sopivat arjessa yhteen. Se, miten vanhemman ja lapsen arki lähtee rullaamaan, on paljolti kiinni siitä, mitkä temperamenttiipiirteet

heidän käytöksessään korostuvat. (MLL 2014.) Lapsen ja vanhemman temperamenttien yhteensopivuus vaihtelee myös lapsen kehitysvaiheen ja iän, sekä vanhemman elämäntilanteen mukaan. Siihen ei ole olemassa valmista kaavaa, vaan useimmiten vanhemmat oppivat toimintamallit lastensa kanssa virheiden ja onnistumisten kautta. (Moilanen, Räsänen, Tamminen, Almqvist, Piha & Kumpulainen 2010, 19.)

Monet vanhemmat saattavat kokea syyllisyyden tunteita, sekä tuntea itsensä huonoksi vanhemmaksi, jos lapsi käyttäytyy haastavasti. Heidän on kuitenkin hyvä tiedostaa, että käytös on liitännäinen temperamentti- ja oppimisperusteisiin. Vanhempien syyllistävät tunteet itseään kohtaan voivat vaikuttaa lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen muodostumiseen. Vaikutukset voivat olla merkittäviä ja kauaskantoisia. (Keltikangas-Järvinen 2010, 32.) Crockenborgin (2003) mukaan vanhemmat, jotka tiedostavat käyttäytymiserojen biologisen pohjan, pystyvät paremmin suhtautumaan myönteisesti lapseensa, joka kokee paljon negatiivisia tuntemuksia (Crockenborg 2003, 1036).

Lapsensa kanssa parhaita toimintatapoja aktiivisesti etsivät vanhemmat usein löytävät nopeastikin yhteisen sävelen lapsen kanssa. Tällaisessa suhteessa lapsen on hyvä olla vanhempien kanssa vuorovaikutuksessa, jotta sekä huolenpito että kasvu ovat turvattuja. Aina ei kuitenkaan mene niin kuin vanhempi ajattelee, epäonnistumisia tulee usein. Onkin hyvä muistaa, että avun, tuen ja vinkkien pyytäminen kasvatukseen ovat myös hyvää vanhemmuutta. (MLL 2014.)

3.2 Lasten temperamenttien erot

Jotkut lapset ovat ”helppoja” ja toiset eivät. ”Helpot” lapset ovat ennalta-arvattavia ja ”vaikeiden” lasten käytöstä ei taas ole helppo hillitä ja se ei ikään kuin sovellu muun perheen käytösmalliin, selventää American academy of Pediatrics (2013.) Lapsen negatiivinen ja kiihkeä suhtautuminen asioihin, sekä vaikea rauhoittuvuus koetaan hankalaksi käytökseksi. Se kuinka ympäristö kokee lapsen, vaikuttaa vahvasti hänen temperamenttiinsä vaikkakin temperamentti on jo synnynnäinen lapsella.

Jokaisella lapsella on yhdeksän erilaista temperamenttipiirrettä. Näiden piirteiden avulla vanhempien on helpompaa nähdä lapsen käytöksessä erilaiset temperamenttipiirteet, mitkä auttavat vanhempia ymmärtämään, miksi lapsi käyttäytyy ja kokee asiat juuri tällä tavoin. (American academy of Pediatrics 2013.) Lapsen silittäminen saattaa esimerkiksi saada aikuiselle tunteen, että lapsi ei ole helppo, jos lapsi tunteekin kosketuksen epämiellyttävänä tunneherkkyyden vuoksi. Haastavan lapsen piirteisiin voi myös kuulua herkkyyden, uhmakkuuden, pidättävyyyden, aggressiivisuuden ja tarkkaamattomuuden piirteitä. Kuitenkaan lasta ei tulisi Heikkalan (2012) mukaan koskaan luokitella yhden temperamenttipiirteen perusteella. Jos lapsi kokee paljon pettymyksiä, saattaa hän muuttua haastavaksi ja vaikeaksi. Koska hän kokee vihaa, näkyy se käyttäytymisenä ympäristöä kohtaan. Mikäli ympäristö ei reagoi näihin viesteihin, saattavat negatiiviset tunteet tallentua häneen, minkä seurauksena uudet pettymykset tulevat ”ulos” raivokohtauksina. Jos lapsen intensiteetti on korkea ja hän on perustyytymätön, tulee käytös näkyväksi huuteluna ympäristölle siitä, kuinka tyytymätön lapsi on. Lapsen ollessa kaksivuotias, on aggressiivisuus huipussaan. Hän oppii siitä pois, mikäli ympäristö ei kannusta tai hyväksy käytöstä. Mikäli taas lapsi on kokenut perusturvattomuuden tunteita, eikä hän ole osannut tunnistaa pelkojaan, on mahdollista, että lapsi muuttuu aggressiiviseksi, jos hän ei siedä sen hetkistä tunnetta. (Heikkala 2012, 17–19.)

Cacciatore, Korteniemi-Poikela ja Huovinen (2008) toteavat kirjassaan, että onpa ihmisen temperamentti minkälainen tahansa, on jokainen hyväksyttävä omanlaisenaan. He lisäävät kuitenkin heti perään, että joitakin piirteitä on toisinaan hyvä ohjailla. Kannattaa pehmentää niiden ilmaisuja, jotta yksilö pärjää tulevaisuudessa. Erilaiset temperamentit ovat rikkaus ja niiden eri piirteissä on aina sekä omat vahvuudet että haasteet. Vaikka erilaiset piirteet sopivat eri tavoin yhteen, on silti kaikkien erilaisten piirteiden kanssa mahdollista tulla toimeen. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 86.)

3.3 Lasten temperamenttipiirteet

Seuraavassa on kuvattu yhdeksän temperamenttipiirrettä, jotta olisi helpompi sisäistää ne. Jaottelu perustuu Thomas ja Chess (1977) teoriaan. (Child Temperament 2015.)

Aktiivisuus

Aktiivisuus eli lapsen motorinen aktiivisuus tarkoittaa sitä, kuinka paljon lapsi liikkuu tai istuu paikallaan. Aktiivisuuden tasoa voidaan määritellä muun muassa sillä, pysyykö lapsi paikallaan pukemisen ja vaipanvaihdon ajan vai yrittääkö hän päästä karkuun. Kiinnostavatko häntä enemmän aktiiviset ja fyysiset leikit, jossa hän saa liikkua paljon, vai rauhalliset leikit ja lukeminen.

Rytmisyys

Rytmisyys eli biologisten toimintojen säännöllisyys. Rytmisyyttä voidaan määritellä esimerkiksi sillä, onko lapsi aina saamaan aikaan päivästä nälkäinen, onko suolen toiminta säännöllinen tai nukkuuko hän aina samaan aikaan päiväunet.

Lähestyminen tai vetäytyminen uusissa tilanteissa

Nimensä mukaisesti tällä piirteellä tarkoitetaan lapsen käytöstä hänen kohdatessaan uusia tilanteita. Lähestyminen tai vetäytyminen havaitaan muunmuassa siinä, kuinka lapsi reagoi uusiin ruokiin, uusiin leluihin ja uusiin ihmisiin. Kun toinen lapsi saattaa olla uusissa tilanteissa iloinen ja innostunut, voi toinen olla varautunut ja epävarma.

Sopeutuminen

Sopeutuminen tarkoittaa sitä, kuinka lapsi mukautuu uusiin tilanteisiin riippumatta siitä, mikä alkureaktio on ollut. Vaikka lapsen ensireaktio olisi ollut varautunut, saattaa hän silti sopeutua tilanteisiin. Myös toisin päin ajateltuna: lapsi, joka on aluksi utelias uusia asioita kohtaan, ei välttämättä sopeudu nopeasti muutoksiin.

Vastauskynnys

Se, kuinka helposti lapsi reagoi erilasiin ärsykkeisiin, kuvaa vastauskynnystä. Se voi olla matala, mikä tarkoittaa sitä että lapsi reagoi pieniinkin ärsykkeisiin. Vastaavasti korkea vastauskynnys tarkoittaa sitä, että lapsen tulee saada voimakas ärsyke, ennen kuin hän reagoi siihen. Tällaisia aistiärsykeitä ovat muun muassa kuuma, kylmä tai erilaiset materiaalit. Myös se, kuinka lapsi herkistyy muiden ihmisten käytöksellään anatamille vihjeille, kuten vastauskynnyksestä.

Reaktioiden voimakkuus:

Tämä kuvaa lapsen tunteiden ja mielialan ilmaisun voimakkuutta. Korkean intensiivisyyden omaava lapsi ilmaisee ilot ja surut äänekkäästi kun, taas matalan intensiivisyyden omaava lapsi osoittaa käytöstään vaisusti oli hän sitten iloinen tai surullinen. Pettymyksen aikana matalan intensiivisyyden omavaa saattaa olla hieman alakuloinen, kun korkean intensiivisyyden omaava saattaa saada kunnon raivokohtauksen.

Mielialan laatu:

Se, kuinka lapsi suhtautuu arkipäivän rutiineihin, kuvaa mielialan laatua. Kun yksi lapsi on iloinen suurimman osan päivästä, voi toinen olla huonotuulinen ja ärtynyt. Kyse on lapsen perusasenteesta elämään, minkä vuoksi kasvattajien ei tarvitse olla huolissaan siitä, että esimerkiksi lapsen ärtyneisyys olisi tunnetta, jonka laukaisisi jokin asia ja tilanne.

Häirittävyys:

Se, kuinka lapsen huomio kiinnittyy johonkin ulkopuoliseen ärsykkeeseen ja keskeyttää lapsen sen hetkisen toiminnan, kuvataan häirittävyytenä. Mikäli lapsella on korkea häirittävyys, hän kykenee keskittymään leikkeihinsä, vaikka taustalla kuuluisi hälinää. Jos taas häirittävyys on matala, lapsi puolestaan keskeyttää leikkinsä kuullessaan meteliä ja reagoi kaikkeen, mitä ympäristössä tapahtuu.

Tarkkaavaisuuden kesto ja sinnikkyys:

Tarkkaavaisuuden kestolla tarkoitetaan lapsen jaksamista keskittyä yhtäjaksoisesti yhteen tehtävään. Sinnikkyys taas kertoo, kuinka kauan lapsi jaksaa esimerkiksi yrittää legojen kokoamista torniksi, vaikka toinen lapsi yrittäisi torpedoida hänen työtään jatkuvasti.

On kuitenkin huomion arvoista, että nämä yhdeksän tyyppiä ovat sovellettavissa sekä lapsuuteen että aikuisuuteen. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 48; American academy of pediatrics 2013.) Kuvatut yhdeksän piirrettä voivat olla myös aikuiselle hyödyllisiä tuntea, jotta omien temperamenttipiirteiden tunnistaminen ja vertailu lapsen temperamenttipiirteisiin helpottuisi. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 23, 48–50, 57–60; Keltinkangas-Järvinen 2006, 29.)

3.4 Lasten temperamenttityypit

Temperamenttityypit ovat vuorostaan jaoteltu kolmeen eri kategoriaan, jotka myös perustuvat Thomas ja Chessin teoriaan. Se mihin temperamenttityyppiin lapsi kuuluu, selvitetään sen perusteella, millaisia temperamenttipiirteitä hänellä on. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 62.)

Helppo temperamentti:

Biologiset toiminnallisuudet, myönteinen suhtutuminen uusiin asioihin, sekä halu lähestyä uusia ihmisiä kuvaavat helppoa temperamenttia. Myönteinen mieliala, korkea ärsytyskynnys ja vähemmän intensiivinen tapa osoittaa tunteita ovat muun muassa helpon temperamentin omaavien yksilöiden piirteitä. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 62–63.)

Hitaasti lämpenevä temperamentti:

Hitaasti lämpenevän temperamentin omaavalla yksilöllä ominaista on olla vaisu, mutta kielteinen suhtautuessaan kaikkeen uuteen, sekä myös hidas sopeutumaan uusiin asioihin. Tällaiselle yksilölle kaikki uusi aiheuttaa

vastustusta, vaikka hän tuokin sen esiin hillitysti. Biologinen rytmi on hänellä säännöllinen. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 63–65.)

Vaikea temperamentti:

Biologisten toimintojen epäsäännöllisyys ja vaikea sopeutuminen uusiin asioihin ovat tyypillisiä piirteitä vaikean temperamentin omaaville. Yksilö vetäytyy ja välttelee uutta sopeutuen siihen hitaasti. Hän ärsyyntyy helposti, näyttää raivonsa ja suhtautuu kielteisesti kaikkeen mikä ei ole entuudestaan tuttua hänelle. Yksilö myös lämpenee hitaasti muille ihmisille ja on helposti ennakkoluuloinen. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 65–68.)

3.5 Helppo temperamentti

Helpon temperamentin omaava lapsi on useimpien vanhempien toive. Lapsen vaikutus perheeseen on positiivinen. Lapsi syö säännöllisesti ja hyvin, on aurinkoinen, hymyileväinen ja on muidenkin kuin vanhempien mielestä ihastuttava. Lapsi sopeutuu helposti uusiin tilanteisiin, joten matkustaminen, liikkuminen ja kyläily ovat hänen kanssaan helppoa. Helpon temperamentin omaava lapsi tarvitsee kuitenkin tukea vanhemmiltaan saavutaakseen näitä yleisesti hyvänä pidettyjä asioita. Temperamentti itsessään ei lasta tee säännölliseksi, iloiseksi tai sopeutuvaksi, vaan vanhempien on altistettava lasta tilanteille, jotta lapsi omaksuisi säännöllisyyden paremmin. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 155–156.)

Tälle temperamenttityypille asioiden sisäistäminen ja oppiminen on kuitenkin helppoa. Toki aina voi olla tilanteita, ettei päämäärää, esimerkiksi sosiaalisuutta, saavutetakaan vanhempien kovasta yrityksestä huolimatta. Niin kuin kaikkiin temperamenttipiirteisiin kuuluu tähänkin se toinenkin, huonompi, puoli. Helppo temperamentti lisää mahdollisuutta, että lapsesta tulee vaativa. Tämä voi johtua siitä, että helpon temperamentin omaavalle annetaan kaikki mitä hän haluaa, koska hän yleensä on periksiantavainen, taipuvainen, vaatimaton ja mukava. On kuitenkin vaarana, että lapsi joka

pyytää harvoin saa aina haluamansa. Tällöin lapsi ei opi elämän realiteettia, että aina ei voi saada kaikkea mitä haluaa. On myös tutkittua tietoa siitä, että lapsen käytösongelmien ja sopeutumattomuuden taustalla onkin helppo temperamentti. Ongelmia yleensä ilmenee silloin, kun lapsi on ollut kotona niin sopeutuvainen ja joustava, ettei häneltä ole vaadittu mitään. Tällöin lapsi ei ole oppinut noudattamaan erilaisia sääntöjä tai määräyksiä, vaan on saanut tehdä mitä haluaa, miten haluaa. Kun lapsi toimii kodin ulkopuolella ja hänen tekemisensä eivät sovi ympäristöön, joutuu hän kohtaamaan toisten aseittamat rajoitukset. Se, miten lapsi sisäistää sen, että kotona voi olla eri säännöt ja ohjeet kuin muualla, on avain asemassa siinä, syntykö lapselle ongelmia temperamenttinsa vuoksi vai ei. Lapsen sopeutumattomuudelle voi olla selittävä tekijä myös, että hoitohenkilökunnalla ja vanhemmilla on täysin erilainen käsitys lapsesta. Vanhemmat näkevät lapsensa kotona sopeutuvaisena, kilttinä tottelevaisena ja hoitohenkilökunta voi nähdä saman lapsen joustamattomana, omapäisenä ja sääntöjä noudattamattomana. Molempien näkemys lapsesta on oikea. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 155–156.)

3.6 Hitaasti lämpenevä temperamentti

Hitaasti lämpenemiseen kuuluvat piirteet tulkitaan usein väärin ja liitetään esimerkiksi ahdistuneisuuteen tai syrjäytymiseen. Hiljaisuus, varovaisuus, vetäytyminen uusissa tilanteissa sekä hidas sosiaalinen sopeutuminen ovat keskeisiä piirteitä hitaasti lämpenevän temperamentissa. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 163–166.)

Vanhempien reaktioista hitaasti lämpenevään temperamenttiin voidaan tehdä karkea kahteenjako. Vanhemmat, jotka arvostavat sosiaalista kanssakäymistä, painostivat lapsia sopeutumaan uusiin tilanteisiin ja ihmisiin, nopeammin kuin lapsi olisi ollut valmis sellaiseen. Tämän painostuksen seurauksena lapselle ei tullut positiivisia sosiaalistumisen kokemuksia. Jos lapselle asetetaan liian suuria vaatimuksia toimia sosiaalisissa tilanteissa, saattaa hän jatkossa protestoida rajustikin uusia

tilanteita vastaan, jolloin harvemmin yhteenotoiltakaan välttyään. Toinen vanhempien tapa reagoida on ylisuojeleminen. Vanhemmat havaitsevat lapsen ahdistumisen, niinpä he yrittävät suojella lasta kaikilta vaatimuksilta sosiaalisessa kanssakäymisessä. Tämä tapa ei ole edellistä parempi, sillä kummassakaan tavassa lapsi ei itse pääse hallitsemaan sosiaalisia tilanteita. Lapsi ei näin pääse osoittamaan, kuinka hyvin hän pärjääsi uusissa sosiaalisissa tilanteissa, kun vain saisi tarpeeksi aikaa sopeutua niihin ja edetä omassa tahdissaan. Kun lapsen annetaan edetä omaa vauhtia ja katsella uusia tilanteita rauhassa, oppii hän pikkuhiljaa sosiaalisen kanssakäymisen taitoja. Tällöin lapsi kokee hallinnantunnetta itsestään. Vanhemmalta pelkkä vierestä seuraaminen ja odottelu ei riitä, vaan lapsi tarvitsee sopivasti tukea uusien haasteiden edessä. Lasta ei tule missään nimessä jättää yksin hänelle uusissa pelottavissa tilanteissa. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 163–166.)

Edellä esitetyt ääripäät ovat karikoituja, monet vanhemmat hyväksyvät lapsensa hitaan lämpenemisen ilman painostusta tai suurempaa huolestumista. Vanhemmalta vaaditaankin hyvää itseluottamusta, sillä ympäristön luoma sosiaalinen paine sekä hitaasti lämpeneviä lapsia että heidän vanhempiaan kohtaan on kova. Vanhempien olisikin hyvä tiedostaa lapsensa hitaasti lämpenevä temperamentti, jotta he voivat tukea lastaan ympäristön paineista huolimatta. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 163,166.)

3.7 Vaikea temperamentti

Vaikea temperamentti ei tarkoita, että näihin kuuluvissa piirteissä olisi mitään erityisen vaikeaa tai negatiivista, vaan enemmänkin sitä kuinka yhteiskunta siihen suhtautuu. Temperamentin nimitys on aikuisten näkökulmasta annettu, sillä ei tämäkään temperamentti lapselle itselleen ole sen helpompi tai vaikeampi kuin joku muu. Jos lapsella on vaikea temperamentti, se vaatii vanhemmilta usein paljon enemmän panostusta muun muassa hyvän vuorovaikutussuhteen luomiseen. Vanhemmat tarvitsevat kärsivällisyyttä, aikaa, tietoa lapsen psyykkisestä kehityksestä,

sekä taitoa vauvan kanssa toimimiseen. Usein vaikean temperamentin omaavan lapsen vanhemmilla menevät aika ja resurssit tavallisen arjen pyörittämiseen, jolloin aikaa nauttia itse lapsesta jää rajallisesti. Vaikean temperamentin omaavalla lapsella ei ole varsinaista vuorokausirytmää, syömisaikoja on haastavaa ennakoida, lapsi voi valvoa kun muut nukkuvat, hän sopeutuu hitaasti muutoksiin ja uusiin ihmisiin ja tilanteisiin. Se, kuinka vaikeaksi tai helpoksi lapsi koetaan, on paljolti riippuvainen siitä millaisia odotuksia lasta kohtaan on. Jos vauvan odotetaan olevan rytmiltään hyvinkin säännöllinen, voi lapsen hoitaminen tuntua vanhemmista raskaalta. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 157,158.)

On tutkittu, että vanhempien on tärkeää tietää lapsensa temperamentti jo hyvin varhaisessa vaiheessa, koska sillä miten tiedostamattamme kohtelemme lasta, on suuria vaikutuksia. Lapset ovat yksilöitä, joiden temperamentti on osa vanhempien arkipäivää. Jos vanhempi kokee päivästä toiseen huonommutta vanhempana, koska lapsi ei opi säännölliseksi yrityksistä huolimatta, tai sopeudu uusiin tilanteisiin, voi hänen käyttäytymisensä lasta kohtaan muuttua negatiivisemmaksi. Vanhemman ja lapsen välille syntyy helposti yhteenottoja, koska lapsi ei sopeudu helposti uusiin tilanteisiin. Itsesyytös ei kuitenkaan ole tarpeen ja siitä syntyy helposti itsensä toteuttava kehä, jossa vanhemmat pelkäävät jotain ja myöhemmin aiheuttavat tämän pelon todeksi omalla toiminnallaan. Yhteiskunta ei ainakaan helpota vanhemman paineita, sillä usein ajatellaan, että kaikki lapsen käytöksessä on kasvatuksella aikaan saatua. Vanhemmat usein rupeavat paikkailemaan huonoa omaatuntoa, jos vaikka on tullut otettua lapsen kanssa yhteen, periksi antamalla ja lahjomalla. Näin myös usein vältetään uusilta konflikteilta. Tässä on kuitenkin vaarana, että lapsi oppii manipuloimaan tilanteita mieleisikseen. Hän oppii että jos tarpeeksi kauan ja kovaa itkee, saa tahtonsa läpi. On hyvin ristiriitaista, että toisaalta lapselle ei saisi antaa periksi, mutta toisaalta taas tiukat rajat ja ehdottomuus eivät myöskään toimi vaikean temperamentin omaavan lapsen kanssa. Tiukoilla rajoilla ja kurilla saatetaan ajautua riitelemään epäolennaisista asioista, kuten että kuka päättää, kun taas toisaalta lipsutaan tärkeämmistä kasvatustehtävistä

kuten johdonmukaisuudesta. Eräässä tutkimuksessa on kuitenkin huomattu, että vaikean temperamentin omaavat lapset ovat muita lapsia fiksumpia. Tähän selittävänä syynä on ollut se, että vaikean temperamentin omaaville lapsille on annettu huomiota ja heidän kanssaan on keskusteltu, jotta saataisiin muokattua lapsen käytöstä toivottuun suuntaan. Helpon temperamentin omaava lapsi jää helposti vähemmälle kommunikoinnille, sillä hänen temperamenttinsa ei vaadi niin paljon varhaista kommunikaatiota. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 157,163.)

4 ERILAISET TEMPERAMENTIT ARJESSA

Vanhemmalle voi tulla kovinkin ristiriitainen olo kun lapsi kasvaa omanlaiseksi yksilöksi. Lapsi tarvitsee rajoja kasvaakseen ja oppiakseen kontrolloimaan omaa temperamenttiaan. Tämän ristiriidan tunteen ratkaisuksi Sinkkonen (1995) jo muutama vuosikymmen sitten antoi vanhempia ymmärtävän, avustavan ja ehkä helpottavankin ajatuksen. Hän kertoo kirjassaan siitä, kuinka kasvun tukemisen tärkein päämäärä on se, että lapsi sisäistää kasvaessaan äidin ja isän hoivaavat ja turvalliset puolet, jotka tukevat häntä myöhemmässä vaiheessa itsensä hallitsemisessa. Hän pitää lapsen kasvamisen tukemista omaksi itsekseen tärkeämpänä, kuin tapojen opettelemista. Rakkaus ja huolenpito ovat ensisijaisen tärkeitä lapsen kasvatuksessa. Kasvun tukeminen voi olla haastava prosessi. Tässä tehtävässä tarvitaan toimivaa kommunikaatiota emotionaalisten ja tiedollisten viestien välittämiseksi. Lisäksi tarvitaan tilaa kaikenlaisille tunteille, mutta ennen kaikkea tarvitaan enemmän rakkautta kuin vihaa. Sinkkonen (1995) peräänkuuluttaa myös tervettä maalaisjärkeä. Vaikka kaikki nämä perusasiat olisivat kunnossa, olisi rakkautta ja rajoja, siltikin jokainen vanhempi voi joutua toisinaan tilanteeseen, että teki hän miten vain, silti ratkaisu on väärä. (Sinkkonen 1995, 15,16.)

Liisa Keltinkangas-Järvinen (2004) esittelee Thomasin ja Chessin mallin siitä, kuinka vanhempia tulisi ohjata kasvatustehtävässään. Heidän teoriansa pääajatuksena on se, että vanhempia neuvomalla yritetään vaikuttaa vanhempien suhtautumiseen ja käyttäytymiseen lasta kohtaan, sekä heidän väliseensä kommunikointiin. He eivät siis pyrkineet ratkaisemaan perheen konflikteja tai vanhempien omia ongelmia. Lähtöajatuksena oli, etteivät lapsen käyttäytymisenongelmat välttämättä kerro syvästä ahdistuksesta tai perheen konflikteista, jotka pitäisi ratkaista, ennen kuin voidaan vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen. Jos ongelmat ovat liitännäisiä lapsen temperamenttiin, voivat ne johtua esimerkiksi liian suurista ympäristön paineista. Jos lapsen temperamenttiin suhtaudutaan ymmärtämättömästi, seuraukset ovat lapsen kannalta samat, olipa perheessä sitten ongelmia tai ei. Vanhemmat, joiden lapsella on vaikea

temperamentti, saattavat tuntea syyllisyyttä ja huonoutta vanhempina, koska heidän kiukutteleva lapsensa ei suostu syömään tai nukkumaan odotusten ja normien mukaisesti. Tällaisessa tilanteessa ei Thomaksen ja Chessin teorian mukaan lähdetä selvittämään, miksi vanhempi tuntee syyllisyydentunnetta helposti, vaan lähdetään etsimään ratkaisuja erilaisista toimintamalleista ja ohjataan ymmärtämään lasta. He korostavat kuitenkin, että jos perheen ongelmat ovat psyykkisellä puolella, on niihin haettava ratkaisua ennen kuin voidaan lähteä muuttamaan käyttäytymistä. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 222,224.)

4.1 Lapsen temperamentin tukeminen arjessa

Lapsen yksilöllisen temperamentin hyväksyminen on yksi vanhemmuuden haastavimmista tehtävistä. Samojen tavoitteiden ja vaatimusten asettaminen kaikille lapsille ei ole oikeudenmukaista. Nämä tavoitteet tulee asettaa lapsen yksilöllisen temperamentin mukaan. (Brooks & Goldstein 2002, 11, 110.) Vanhemmuus ei kuitenkaan ole ylisuorittamista. Usein puhutaan hyvästä vanhemmuudesta, mutta käsitteenä se voi tarkoittaa yksittäisille ihmisille hyvinkin eri asioita. Siksipä vuonna 1980 Bruno Bettelheim määritteli käsitteen ”riittävän hyvä vanhempi”. Käytämme juuri tätä määritelmää, sillä käsitteen määritelmä on pysynyt alkuperäisessä muodossaan. Käsite on tuonut vapauttavaa näkemystä kasvatustajatteluun. Bettelheimin käsite tarkoittaa sellaista vanhemmuutta, missä vanhempi toimii johdonmukaisesti omalta arvopohjaltaan, sekä on oma itsensä, se riittää. Suurin painopiste hänen määritelmässään on sillä, ettei vanhemman tarvitse yrittää olla mitään muuta kuin on ja täydellisyyttä ei edes kannata tavoitella, koska sen saavuttaminen on mahdotonta. Täydellistä vanhempaa ei ole olemassa (Hirsjärvi & Huttunen 1997, 56–57; Matinlompola 2007, 105).

Se, miten tuemme lapsen temperamenttia ja minuutta, onkin haastavaa. Nykyajan stressaava ja kiireinen elämä asettavat omia rajoitteitaan vanhempana olemiselle. Määttä (2007) toteaaakin, että lapsen arvostaminen on merkittävä tekijä lapsen hyvän itsetunnon rakentumisen

kannalta (Määttä 2007, 225). Lasten tarpeista ollaan nykyään tietoisia ja näihin tarpeisiin vastaamista pidetään tärkeänä. Samaan aikaan epävarmuus on kuitenkin osa vanhempien arkea. Epävarmuutta aiheuttaa se, etteivät vanhemmat ole täysin varmoja kasvatuksellisesta tehtävästään, osaavatko he toimia oikein. Usein myös koetaan riittämättömyyden tunteita. (Määttä & Uusiautti 2011, 2.)

Ratkaiseva tekijä lapsen sosioemotionalisen terveyden kehityksessä on ympäristössä vallitsevilla kasvatukseen liittyvillä käsitejärjestelmillä, jotka konkretisoituvat läheisissä prosesseissa kasvatustoiminnan kautta. Aikuisen näkemys lapseen ja tapaa suhtautua tähän ilmentyy kasvatuksellisessa vuorovaikutuksessa. Se konkretisoituu tavoissa, joilla aikuinen kykenee säätelemään, kontrolloimaan, ohjaamaan ja opettamaan lasta. Kasvatuksellisen vuorovaikutuksen välityksellä lapsi omaksuu arvoja, rooleja, normeja ja asenteita, jotka liittävät hänet yhteisön jäseneksi. Vuorovaikutuksen kautta lapsi muodostaa käsitystä myös ympäristöstään luotettavana ja turvallisena, sekä itseään rakastettavana ja kyvykkäänä persoonana yhteisön jäsenenä. Kasvatusilmapiiri voidaan karkeasti jakaa lapsilähtöiseen ja aikuislähtöiseen. Lapsilähtöisessä ilmapiirissä kasvatuksellinen vuorovaikutus lähtee lapsen tarpeista. Se perustuu aikuisen ymmärrykselle lapsen kehitystarpeista. Lapsilähtöisessä vuorovaikutuksessa tunnesuhteen laatua kuvaa lämpimyys, johon sisältyy keskeisinä piirteinä myötätunnon, rakkauden ja hyväksynnän osoittaminen lasta kohtaan. Aikuisen ja lapsen vastavuoroisuuden aste on korkea, jolloin se näkyy aikuisen läsnäolona, ajan antamisena, aitona kiinnostuksena, sekä valvontana lapsen arjessa. (Rytönen 2013, 8-9.)

Vanhemmuus ei kuitenkaan ole suorittamista, eikä missään nimessä ammatti. Asiantuntijalausunnat kasvatuksesta hipovat täydellisyyttä ja saavatkin vanhempien itseluottamuksen horjumaan. Lapselle riittää normaali vanhemmuus. Välillä pienet elämäntilanteet ja yllättävät tilanteet ovat hyväksikin. Riittävän hyvän vanhemmuuden kautta lapsi oppii, ettei kaikki mene aina niin kuin suunnittelee, eikä elämässä vaadita

täydellisyyttä. Se, ettei elämässä tarvitse olla täydellinen, on suuri helpotus sekä vanhemmille että lapsille. (Matinlompolo 2007, 104,108)

Vanhemmat kasvattavat lapsensa eritavoin. Lapsi, joka on vilkas saa helposti osakseen kieltoja ja tätä kautta paljon negatiivista huomiota. Myös helposti negatiivisia tunteita näyttävät lapset saavat muita lapsia helpommin osakseen vähemmän hellävaraista hoitoa. Tämä koskee niin vanhempien kuin muidenkin lapsen kasvattajien, kuten päiväkodin henkilökunnan antamaan hoivaan. Jotkin temperamenttipiirteet ovat melko neutraaleja, ja niihin ei kohdistu suuria muokkaustarpeita, jolloin temperamenttipiirre säilyy vähemmän muuttumattomana. Jotkut temperamenttipiirteet koetaan ympäristön kannalta vaikeammiksi, ja niille saatetaan asettaa suuriakin muutosvaatimuksia. Tämä voi johtaa siihen, että ihmiselle kehittyy huono itsetunto, koska hänellä ei ole mahdollisuutta toimia hänelle ominaisella tavalla, vaan hän joutuu jatkuvasti kokemaan olevansa jotenkin vääränlainen ja eritavalla käyttäytyvä. Jokainen on hyväksyttävä omanlaisenaan, mutta joitakin temperamenttipiirteitä voi kuitenkin tarvittaessa jopa ohjailla. Kaikkien temperamenttien kanssa oppii tulemaan toimeen kun muistaa, että jokaisessa piirteessä on omat vahvuutensa ja haasteensa. (Heikkala 2012, 11.)

Temperamentti heijastuu tyypillisissä tavoissa reagoida yllättävissä tai uusissa tilanteissa. Ihmiset joko välttävät tai lähestyvät esimerkiksi sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden asettamia haasteita yksilöllisin tavoin. Välttämiseen ja lähestymiseen liittyvät keskushermoston emootiojärjestelmät muodostavat temperamentin ytimen. Selityksenä välttämisen- ja lähestymiskäyttäytymisen kehittymiselle ja säilymiselle on esitetty, että evoluutio suosii organismia, joka oppii ja päättää nopeasti, onko kohteen lähestyminen vai välttäminen adaptiivista. Vauvaiässä edellämainittujen emootiojärjestelmien toiminta ja niissä esiintyvät yksilölliset erot reaktioiden voimakkuudessa ovat selvästi havaittavissa. Lapsen kasvaessa ja kehittyessä hän omaksuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa uusia tapoja säädellä tunnereaktioitaan. Erilaisia tunne reaktioiden säätelytapoja ovat esimerkiksi tilanteen merkityksen tulkinta ja lapsen aktiivinen ympäristöön kohdistuva valikointi. (Puttonen 2004, 68.)

Temperamentilla on suuri vaikutus arjen toimimisessa ja työskentelyssä ja kuitenkin se vain alkujaan on perinnöllinen, synnynnäinen taipumus. Tiedyt temperamenttipiirteet liitetään älykkyyteen ja toiset taas kypsyttömään persoonaan. Temperamentilla ja älyllisellä tai kognitiivisella osaamisella kuitenkin ei ole mitään tekemistä keskenään. Koulumaailmasta on tehty paljon tutkimuksia siitä, että temperamentilla voi olla suurikin vaikutus arvosanoihin. (Keltinkangas-Järvinen. 2009, 63.)

4.2 Haastava lapsi

Keltinkangas-Järvinen esittää, että lapselle tulee toki asettaa rajat, jotta ne siirtyisivät sisäiseksi kontrolliksi, mutta tapaa tehdä se tulee aina soveltaa juuri siihen lapseen, jolle ohjausta annetaan. Joku vaatii enemmän kiitosta, kun toinen lapsi joskus myös moitteita. Jollekin auttavat selkeät ohjeet, kun taas toinen kokee tarvitsevänsä enemmän keskustelua. Lasten välillä on myös eroja sen mukaan, missä heiltä voidaan odottaa tekevän omia ratkaisuja. Hän muistuttaakin, että lasten välillä on synnynnäisiä eroja, joilla ei ole tekemistä kasvatuksen kanssa. (Keltinkangas-Järvinen 2008, 261–262, 264.)

Jos lapsi kykenisi selittämään aikuisen kielellä ajatuksiaan raivostuessaan, se menisi suunnilleen näin:

Katsokaas isä ja äiti, minulla on tällainen pieni ongelma. Te ja myös monet muut ihmiset käskette minun tehdä jatkuvasti jotakin ja vaaditte, että vaihdan omasta ajattelutavastani teidän ajattelutapaan, muuta huomautkaa etten ole siinä kovin hyvä. Itseasiassa kun käskette tehdä asioita, turhaudun. Ja kun turhaudun, en kykene ajattelemaan selkeästi ja sitten turhaudun taas lisää. Ja sitten te hermostutte. Sitten minä alan tehdä ja sanoa sellaista, mitä en haluaisi tehdä ja sanoa ja sitten te suututte lisää. Sitten te anantte rangaistuksen ja pölyn

laskeuduttua kun kykenen ajattelemaan taas selkeästi olen pahoillani ja tiedän että teillä on paha mieli. Mutta uskokaa, niin on minullakin...(Green 2005, 31.)

4.3 Perheen suhtautuminen haastavaan lapseen

Green (2005) mukaan temperamentiltaan vaikeilla vauvoilla saattaa olla koliikkia, heillä voi olla syömisvaikeuksia, ja nukkumisrytmi voi olla epäsäännöllinen. Heitä voi olla vaikea tyyntytellä ja lohduttaa ja he saattavat reagoida meluun tai epämiellyttävään oloon voimakkaasti, kuten esimerkiksi nälkään, märkään vaippaan tai kylmään. Toisilla lapsilla taas alkaa esiintyä vaikeuksia turhautumisen, joustavuuden tai sietokyvyn kanssa vasta myöhemmässä vaiheessa, kun heihin alkaa kohdistua vaatimuksia enemmän suunnitelmallisuuden, kielellisten taitojen, impulssin hallinnan, tunteiden säätelyn ja sosiaalisten taitojen suhteen. Tärkeää olisikin muistaa, että herkästi tulistuvan temperamentin omaava lapsi toimii oikein, jos hän osaa. Mikäli lapsi raivostuu, johtuu tämä usein kasvattajien mielestä siitä, että lapsi vain haluaa pitää oman päänsä. Häntä luonnehditaan usein omapäiseksi, jyrkäksi, manipuloivaksi ja itsepäiseksi. Aikuisen tulkinta lapsen syyksi tulistua ja turhautua tilanteissa liittyy siihen, millä tavoin hän pyrkii muuttamaan lapsen käyttäytymistä ja tapaa ohjata lapsen käyttäytymistä. Jos lapsi ei käyttäydy odotetusti, se johtuu siitä, ettei hän yksinkertaisesti osaa, mikä on seurausta erityistaitojen puuttumisesta eli oppimisvaikeudesta joustavuuden ja turhautumisen sietämiseksi. Mikäli kasvattaja ajattelee, että lapsi käyttäytyy ”oikein”, jos hän haluaa, tulee Greenin mukaan ongelmia. Terveystieteiden henkilökunnan mukaan usein on kyse kasvatuksesta, joka ei taas täsmää sen kanssa, jos tulistuvamman lapsen sisarukset käyttäytyvät odotusten mukaisesti. Greenin mukaan aikuisen kyky käyttäytyä empaattisesti lapsen huolenaiheita ja ahdistusta kohtaan, ennaltaehkäisee lapsen turhautumisen muuttumista suuttumukseksi ja raivoksi. Empatia muun muassa rauhoittaa lasta, jolloin lapsi kykenee

pysymään maltillisena, jotta hän kykenee keskustelemaan aikuisen kanssa. Empatiaa osoitetaan toistamalla lapsen huolenaihe juuri samoilla sanoilla, kuin lapsi on tuonut sen esille ikätasoonsa nähden. Tätä kutsutaan heijastavaksi kuunteluksi. Seuraava vaihe empatian jälkeen on ongelmien määrittely. Mikäli kasvattaja tässä kohdassa empatian jälkeen siirtyy sanomaan ”mutta kun sinun täytyy”, siirtyy hän käskyn muotoon, jolloin lapsi yleensä alkaa tyypillisen turhautumisensa. Green kehoittaakin sanoittamaan sen, mitä kasvattaja sekä lapsi haluavat. Esimerkiksi sanomalla ”Ymmärrän, ettet halua harjata hampaitasi, mutta olen huolissani siitä, jos jätät harjaamatta Mitä silloin käy hampaillesi? Hampaiden harjaus pitää hampaasi puhtaana, eikä niihin tule reikiä”. Kutsu neuvotteluun on kolmas vaihe, jossa lapsen kanssa koetetaan löytää yhdessä ratkaisu ongelmaan. Tällä tavoin lapselle on annettu mahdollisuus yrittää löytää ratkaisu ”Olisiko sinulla tähän mitään ideoita?” Se ei tarkoita, että lapsen vastuulla olisi ratkaista ja päättää asiat yksin, mutta se on yksi strategia etenkin niiden lasten kasvattajille, joiden lapset eivät muuten ota vastaan käskyjä tulistumatta. Kasvattajan tulee antaa lapselle mahdollisuus keksiä ratkaisuja ongelmaan, eikä itse vain innostuneen niitä ehdottaa, joista lapsen sitten tulisi valita yksi. (Green 2005, 27–30, 86–95.)

5 TEMPERAMENTTI OSANA KASVATUSTA

Keltinkangas (2008) kirjoittaa elämänhallinnasta, mikä syntyy vähitellen kehittyvänä tapana saavuttaa sisäinen autonomia lapsesta aikuisuuteen. Elämänhallintaan kuuluvat tunne omasta vaikuttamisen mahdollisuudesta, sekä kyky tehdä kompromisseja ympäristön ja omien vaatimusten välillä. Lisäksi siihen kuuluu vanhemman kyky löytää paras mahdollinen lopputulos sovittujen sääntöjen puitteissa. Mikäli lapsen tahto on aina aikuisten päätettävissä saattaa olla, että joillekin lapselle ei tule mahdollisuutta kokea sitä, kuinka asioihin voisi vaikuttaa. (Keltinkangas-Järvinen 2008, 262–264.) Lopputulos vaikuttaisi siis määrittyvän yhteiskunnan, sekä perheen opittujen normien mukaisesti. Lopputulos on sama, mutta jotta siihen päästäisiin, tulisi osata huomioida ja toteuttaa opastus niin, että se palvelisi pitkässä juoksussa koko perhettä.

5.1 Temperamentti ja kulttuuri

Synnyynnäinen, pysyvä ja periytyvä temperamentti selittää sitä, miksi ihminen pysyy omana itsenään kasvatuksesta huolimatta. Kanssaihmiset, kasvatusta ja kulttuuri voivat muokata temperamenttia haluamaansa suuntaan niiltä osin kuin se on mahdollista. (Keltinkangas-Järvinen 2009, 50.) Esimerkiksi, jos kulttuurissa olisi suotavaa olla rauhallinen ja hillitty, saa sosiaalisen ja ulospäin suuntautuvan temperamentin lapsi usein kieltoja ja huomautuksia käytöksestään.

Kulttuurimme asettaa odotuksia ihmisten käytökselle. Ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa kulttuurin tuomat arvostukset tulevat esille, kun ihminen tulkitsee muiden temperamenttipiirteitä, mutta myös sitä, kuinka muut ihmiset reagoivat hänen temperamenttiinsä. Esimerkiksi työpaikkahaastattelussa suositaan kulttuurin arvostamaa käytöstä ja siinä ohessa ihmisiä, joiden temperamentti sopii yksin kulttuurin ihanteiden kanssa. Samalla tällaiset tilanteet syrjivät niitä yksilöitä, joiden temperamentti ei sovi kulloinkin ihanteena oleviin odotuksiin. Meidän kulttuurimme odottaa, että hyvä työntekijä on muunmuassa aktiivinen, reipas, rohkea ja sosiaalinen, riippumatta siitä tarvitaanko kyseisiä

temperamenttipiirteitä edes työtehtävän hoitamiseen. Kulttuurimme arvostaa joskus hyvinkin epärationaalisella tavalla temperamenttipiirteitä. Temperamenttipiirteisiin saatetaan liittää sellaisia asioita, jotka eivät ole niihin missään yhteydessä. Esimerkiksi länsimaissa arvostetaan sosiaalisuutta niinkin paljon, että siitä on tullut lähes synonyymi hyvälle ihmiselle. Yleinen oletus onkin, että sosiaalinen ihminen muista ihmisistä kiinnostuneena tulee myös toimeen kaikkien ihmisten kanssa. Temperamenttipiirteenä sosiaalisuus ei kuitenkaan tarkoita, että ihminen omaisi hyvät sosiaaliset taidot, vaan ainoastaan yksilön halu olla yhdessä muiden kanssa. (Keltinkangas-Järvinen 2004, 12, 244.)

Kulttuurimme arvostaa nykypäivänä yksilökeskeistä ajattelua. Lapsilta odotetaan rohkeutta, oma-aloitteisuutta ja reippautta, jolloin väliin putoavat ne lapset, jotka eivät niinsanotusti kuulu kulttuurin suosimiin temperamenttipiirteisiin. Tällaiseen epäkohtaan olisi hyvä puuttua. (Vilen 2009, 41.) Vaikka temperamenttimme ovatkin lähtöisin perimästämme, ei se kuitenkaan ole mikään ”tuomio”, vaan ympäristö ja kulttuuri niin sanotusti hiovat temperamentin kulmia, jotta se edes jollain muotoa istuisi kulttuuriin (MLL 2014). Kun lapsi kasvaa ja kehittyy, kehittyy hänelle myös erilaisia keinoja käsitellä tuntemuksiaan ja toimintatapojaan. Näin ollen temperamentti ei enää ohjaakaan lasta, vaan lapsi temperamenttia. (Keltinkangas-Järvinen 2009, 51.) Jos kulttuurissa on suotavaa olla pidättyväinen, muovaa ympäristömme meitä siihen suuntaan, jos taas kulttuuriin kuuluu olla avoin, ohjaa yhteisömme meitä siihen. On kuitenkin tärkeää, ettei lapsen sisäistä temperamenttia ”sammuuteta”, jotta hänestä saataisiin yleisesti hyväksytty yksilö, joka saa yhteisössään ymmärrystä ja kokee itsensä hyväksytyksi.

5.2 Temperamenttien erot, niiden tiedostaminen ja hyväksyminen

Jokainen ihminen, niin aikuinen kuin lapsikin, on oma yksilöllinen persoonallisuus. Meillä jokaisella on erilaiset lähtökohdat elämään, erilaiset kasvu ympäristöt ja perimät, jotka vaikuttavat temperamenttimme kehitykseen. Oman ja lapsensa temperamentin tunnistaminen voi

edesauttaa vanhempaa yhteisen sujuvan arjen muodostumisessa. Temperamentin tunnistaminen auttaa kasvattajaa kunnioittamaan lapsen yksilöllisyyttä ja ymmärtämään tämän yksilölliset tarpeet. Lapsen tukemisessa, tämän kasvussa ja kehityksessä, tulee ottaa huomioon temperamentin luomat rajat ja tarpeet. Temperamenttisilla eroilla pystytään myös selittämään eroja sisarusten välillä, sekä ymmärtämään omia tuntemuksia. Toisinaan vanhempi voi esimerkiksi olla tilanteessa, että hänen ja lapsen välinen temperamentti ovat ristiriidassa keskenään. Tällaisessa tilanteessa erojen ymmärtäminen onkin ensiarvoisessa asemassa. (MLL 2014.)

Mikään temperamentti tyypeistä ei ole ”yksi ylitse muiden”; jokaiseen liittyy omat haasteensa sekä vahvuutensa. Lapsen leimaaminen tiettyyn temperamenttityyliin ei ole aina tarkoituksen mukaista. Lapset käyttäytyvät eri tavalla erilaisissa tilanteissa, niinpä ”helppo lapsi” voi olla vaikea toisissa tilanteissa ja taas ”vaikea lapsi” helppo. (MLL 2014.) Esimerkiksi tilanteessa, kun lapsi keskittyy vaikeaan tehtävään, eikä suostu lopettamaan ennen kuin on ratkaissut sen, lasta pidetään sinnikkäänä. Sinnikkyys on silloin hyvä asia. Jos taas sama lapsi jumittuu leluhyllyn kohdalle eikä suostu lähtemään kaupasta ilman lelua, pidetään lasta helposti hankalana ja jääräpäisenä. Myös erilaiset kulttuurit suosivat joukossaan erilaisia piirteitä. (Keltinkangas-Järvinen 2009, 54.) Jokaisella temperamenttipiirteellä on olemassa hyvät ja huonot puolensa. Onkin siis aivan tilanne- ja henkilö- riippuvaista tulkitsemme tietyn käytöksen positiiviseksi vai negatiiviseksi. (Hermanson 2012.) Vuorovaikutuksen kannalta toiset temperamenttipiirteet nähdään tärkeämpinä kuin toiset. Esimerkiksi, jos lapsi on rauhallinen ja peruspositiivinen hymyilijä jo vauvaiästä lähtien, vanhemmille tulee tunne, että he ovat onnistuneet kasvatuksessa. Lapsi nukkuu hyvin, syö hyvin ja jokeltelee iloisesti, joten vanhempien on helppo ajatella, että he ovat onnistuneet. Myös vertailu suvuittain on mahdollista. ”Me Mäki-set ollaan peruspositiivisia, eikä tuollaisia kiukuttelijoita kuin teidän Virtasten suku, lapsen on täytynyt periä meidän luonteenpiirteet”. (Viljamaa 2009, 20.)

5.3 Lapsen temperamentin tiedostaminen arjen tukena ja temperamenttien erilaisuus

Vanhemman on siis hyvä tiedostaa lapsensa temperamentti, se että lapsi on vaikkapa hitaasti lämpenevä, jotta vanhempi osaa valmistaa lapsensa uusiin tilanteisiin oikein. On kuitenkin muistettava, että lapsi tulee huomioida aina yksilönä, eikä häntä tule verrata toisiin lapsiin. (MLL 2014.) Esimerkiksi yleisesti paheksutaan lasta, joka on villimpi ja suulaampi kuin toiset, eikä jaksaa olla hetkeäkään paikallaan. Tällaista lasta voidaan pitää haastavana temperamentiltaan vaikkapa päivähoito ja koulumaailmassa, missä pitäisi jaksaa keskittyä tehtäviin. Toisaalta tämän ”haastavan” lapsen vahvuudet voivatkin olla sosiaalisessa kanssakäymisessä, hän sopeutuu uusiin tilanteisiin, ympäristöihin ja ihmisiin hyvin. Kun taas lapsella, jota yleisesti pidetään helppona temperamentiltaan, voi olla tällaiset siirtymätilanteet hankalia.

Lapsen ja vanhempien temperamentit tukevat ja muokkaavat toisiaan. Heidän toisiltaan saamansa palautteet ja elämän asettamat rajoitteet muovaavat temperamenttia niin, että yhteiselo sujuu. Toki toisinaan temperamenttiset erot aiheuttavat törmäyksiä, mutta näissä tilanteissa kulmat hioutuvat toisiinsa sopiviksi. (MLL 2014.) Esimerkiksi, jos vanhemmat ovat olleet ennen lapsen syntymää kovia vierailemaan sukulaisten ja tuttavien luona ja syntyneen lapsen temperamenttiin kuuluukin voimakas vierastaminen, voi vanhempien kyläily hieman vähentyä. Toisaalta taas lapsen temperamentti muovautuu vähemmän vierastavaksi vierailuiden myötä. On täysin normaalia, että lapsen temperamenttipiirteet aiheuttavat vanhemmissa erilaisia tuntemuksia. Toiset piirteet tuottavat iloa ja ylpeyttä, toiset taas ärsyyntymistä. Riippuen siitä kuinka hyvin lapsen ja vanhemman temperamentit osuvat yksiin, voi toisen lapsen kasvatus tuntua huomattavasti helpommalta kuin toisen. (MLL 2014.) Hyvin sosiaalisen vanhemman on hankala toisinaan käsittää, miksi hänen lapsensa ujostelee tai toisaalta hillityn vanhemman käsittää, miksi lapsi on niin vilkas. Vanhemman ja lapsen temperamentit eivät näin ole kohdanneet, mikä luo haasteita lapsen tukemiseen.

Vanhemmat pystyvät tunnistamaan temperamentin nopesti. Esimerkiksi keittiöön puuroa pyörittelemään jäänyt lapsi on aina Aino eikä Milla. Aino on Millaa rauhallisempi ja varovaisempi. Aino lähestyy uusia ruokia ja asioita varovaisemmin. Aino ei koskaan tee mitään pelkästä päähänpistostaan vaan harkitsee ensin. Eri temperamenttipiirteistä muodostuu oma yksilöllinen piirrekimppu, joka voisi olla Ainon kohdalla esimerkiksi herkkä, hidas, positiivinen, sinnikäs ja hyvä keskittyjä. Isosiskon piirrekimppu taas voisi olla nopea, rohkea, negatiivinen, lähestyjä ja huonompi keskittymään. Aino ei suostu syömään puuroaan olematta naama mutrulla, koska puuro on tehty veteen, eikä maitoon, kuten normaalisti on ollut tapana. Milla on jo pukeutut päälleen syötyään mukisematta puuronsa ja mennyt ulso leikkimään. Eräs temperamenttipiirre on matala tai korkea ärsytyskynnys. Matalan ärsykekyynnyksen omaava lapsi huomaa asioita, joita korkean ärsykekyynnyksen lapsi ei huomaa. Esimerkiksi matalan ärsykekyynnyksen lapsi aistii ensimmäisenä uudet hajut, muutokset ja poikkeamat. (Viljamaa 2009, 19.)

5.4 Temperamenttipiirteen vaikutus

Temperamenttia voidaan pitää myös yksittäisen ihmisen omana mielipiteenä toisesta ihmisestä. Siinä missä toinen ajattelee hiljaisemman lapsen olevan syrjäänvetäytyvä, ujo, sosiaalisilta taidoiltaan puutteellinen, voi toinen arvioida tämän seurailijaksi, ajattelijaksi ja ryhmän hiljaiseksi vaikuttajaksi. Myös lapsen sukupuoli ohjaa hänelle asetettuja ”temperamenttivaateita”. Tietyt piirteet mielletään enemmän poikien kuin tyttöjen piirteiksi ja päinvastoin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita että asia olisi näin, vaan jokaisen lapsen on saatava kasvaa omana yksilönään. (MLL 2014.) Tulee muistaa ettei temperamentti muutu elämän aikana vastakkaiseksi. Esimerkiksi aktiivisuus ja räjähtävyys ei muutu aikuisena passiivisuudeksi ja hillityksi käytökseksi. Tämä johtuu siitä, että ne ovat persoonallisuuden ydin ja kuuluvat perimään. Kuitenkin on muistettava että aktiivisuus näkyy aikuisena eri tavalla. Aikuinen ei hypi sohvalla ollessaan vallattomalla päällä, mutta saattaa olla koko ajan liikkeessä ja

puhua paljon. Temperamentti ei myöskään kerro moraalista, mitä ihminen tekee tai miksi hän tekee. Esimerkiksi kiihkeä ihminen voi olla kiihkeä ja epäsosiaalinen tai moraalinsa mukaan kiihkeästi heikompien puollustaja ja hyväntekijä. Hänen tapansa on elää kiihkeästi. Kiihkeät ihmiset saattavat joskus olla niin kiihkeitä, että matalan intensiteetin ihmiset saattavat pitää heitä jopa pelottavina. Matalan intensiteetin ihminen saattaa katsella ihmeissään kiihkeän ihmisen käytöstä pohtien, onko kiihkeä ihminen kenties vaarallinen. Kiihkeä ihminen puhuu kovalla äänellä, keskeyttää, heiluu ja saattaa lyödä nyrkkiä pöytään. Kun kiihkeämpi yksilö kuitenkin osoittautuu vaarattomaksi, kuoriutuu matalan intensiivisyyden omaavasta yksilöstä muiden silmissä hauskaksi seurustelijaksi, joka viihdyttää ”yleisöään”. (Viljamaa 2009, 20–21.)

6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on antaa lisätietoa temperamenttipiirteistä ja niiden huomioimisesta kasvatuksessa ja lasten kanssa työskennellessä. Lisäksi tarkoituksena on saada huoltajat, sekä muu terveydenhoidon henkilökunta miettimään ja pohtimaan lapsen yksilöllistä kasvua ja kehitystä temperamenttipiirteistä katsottuna.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Hollolan Salpakankaan neuvolalle opas alle kouluikäisen lapsen temperamenttipiirteiden tukemisesta. Opas on suunnattu lasten huoltajille ja neuvolassa työskenteleville terveydenhoitajille työvälineeksi.

Halusimme myös oppaalla lisätä vanhempien tietoa temperamentista niin, että he ymmärtävät oppaan luettuaan temperamentin peruslähtökohdat sekä –käsitteet ja toisaalta ymmärtäisivät myös omaa käyttäytymistään ja reagoimistyyliään. Tutkimustietoa on koottu luotettavista ja mahdollisimman tuoreista lähteistä. Tavoitteenamme oli, että teksti on informatiivista ja toisaalta ymmärrettävää. Lisäksi suusanallinen palaute terveydenhoitajilta ja oppaan tarkistaminen neuvola psykologilla, sekä muulla henkilökunnalla lisäsi oppaan luotettavuutta.

7 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Suoritamme opinnäytetyömme toiminnallisena. Toiminnallisen opinnäytetyön pohja ajatuksena on, että työssä yhdistyy sekä teoria että toiminnallisuus. Toiminnallisuus voi olla kohderyhmää osallistavaa tai sitten se voi olla esimerkiksi kohderyhmälle tehtävä tuotos. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 38, 41-42.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ole välttämätöntä tehdä selvitystä tai tutkimusta, mutta jos työn tekijät katsovat resurssien, niin ajallisten kuin tarkoitustenmukaisten, riittävän, voivat he sellaisen tehdä. Toiminnallisen opinnäytetyön tutkimuskäytännöt eivät ole aivan yhtä tarkat kuin tutkimuksellisessa opinnäytetyössä, mutta keinot, joilla tietoa kerätään, ovat samat. Toiminnallisen opinnäytetyön tutkimusta kutsutaan usein selvitykseksi, koska sen tieteellinen arvo ei välttämättä ole merkittävä, koska se nojautuu usein vain löyhästi teoreettiseen tietoon. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57.)

Toiminnallisen opinnäytetyön tiedonkeruu pyritään pitämään usein perustasolla. Tämä tarkoittaa sitä, että kysely voidaan suorittaa postikyselynä, jolloin aineiston keruu tapahtuu puhelimitse, postitse tai paikan päällä. Saatu tulos analysoidaan perustason keinoin, joka voivat olla esimerkiksi prosentein laskettu tulos, joka esitetään taulukkomuodossa tai diagrammina. Näitä tuloksia voi hyödyntää esimerkiksi loppupäätelmien tekemisessä ja argumentoinnin perustana. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57-58.)

Tutustuimme erilaisiin vaihtoehtoihin toeuttaa opinnäyteyö syksyllä 2014 ja pohdimme kirjallisuuskatsauksen sekä toiminnallisen opinnäytetyön välillä, kumman valitsisimme omaksi tavaksemme. Päädyimme kuitenkin lopulta toiminnalliseen toimintatapaan, sillä koimme sen parhaaksi tavaksi viedä tietoa sekä ruohonjuuritasolle että alan ammattilaisille. Saimme varmuutta ratkaisuumme, kun yhteistyökumppanimme tuki ajatustamme tuottaa opas valitsemastamme aiheesta. Opinnäytetyöprosessin alussa tutustuimme aiheeseen sopivaan lähdekirjallisuuteen. Etsimme yliopistotutkimuksia ja graduja aiheesta unohtamatta opinnäytetöitä, joista varmistimme, ettei aiheesta ole jo samankaltaista tuotosta olemassa.

8 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

Opinnäytetyön prosessi alkoi syksyllä 2014. Aloitimme ensin ajattelutyön pohtimalla sitä, mikä aihe meitä kiinnostaa ja toisaalta kuinka valmitsemamme aihe voisi palvella tulevaa kohderyhmäämme. Päädyimme alle kouluikäisten lasten temperamenttipiirteitä koskevaan aiheeseen, koska tehtyämme tiedonhakua, huomasimme, ettei aiheesta ollut vielä kovinkaan paljon tietoa, eikä myöskään aiheeseen liittyvää materiaalia esimerkiksi Oivan alueen neuvoloissa. Kokosimme tuotostamme koko opinnäytetyöprosessimme ajan sivutoimisesti, merkkasimme opinnäytetyöhömmme, mitä ehdottomasti oppaaseemme on tultava. Keväällä 2015 aloitimme päätoimisesti oppaan kokoamisen. Oppaan kokoamisen ajan työskentelimme tiiviissä yhteistyössä. Koimme, että yhteisen näkemyksen mukainen kokoaminen alusta asti on tärkeää oppaan selkeyden ja yhtenäisyyden takia. Kun opas oli tuotettu valmiiksi, lähetimme oppaamme neuvolapsykologin ja terveydenhoitajien tarkistukseen. Viimeistelimme oppaan ulkoasua, lisäsimme kuvia tekstin sekaan. Oppaaseen liitetyt kuvat auttavat lukijaa virittäytymään aiheeseen ja ne myös havainnollistavat aihetta (Torkkola, S., Heikkinen, H. & Tiainen, S. 2002, 39-41). Katsoessamme yhteistyötahon kanssa, että oppaamme oli valmis, veimme 40 opasta yleiseen odotustilaan sekä terveydenhoitajien huoneisiin, jolloin huoltajilla oli mahdollisuus tutustua aiheeseen yksin tai yhdessä terveydenhoitajan kanssa. Mikäli aihe heitä kiinnosti, heillä oli myös mahdollisuus ottaa asia keskustelun aiheeksi oman terveydenhoitajansa luona. Samalla heille annettiin kyselylomake, jonka kautta toivoimme palautetta oppaasta. Vastaukset sai jättää suljettuun laatikkoon, jonka avasimme vain me, opinnäytetyön tekijät, ja luimme ne. Tämän jälkeen kokosimme vastaukset yhteen eettisiä ohjeita ja hyviä tutkimuskäytänteitä noudattaen.

Olimme jo sopineet, että opinnäytetyön aihe liittyisi lapsiin, mielenterveyteen ja kasvatukseen. Sairaanhoitajat työskentelevät ihmisten parissa päivittäin, näin ollen on tärkeää, että ymmärrämme ihmismieltä temperamenttipiirteiden kautta. Moniammatillisuutta lisää mielestämme se,

että osaamme yhdistellä esimerkiksi sosionomien ja sairaanhoitajien työssään tarvitsemia taitoja ja tietoja. Pidämme tärkeänä, että hoitotyössä osaamme kliinisten taitojen lisäksi kohdata ihmisen yksilönä ja huomioida hänen persoonalliset piirteensä. Koimme aiheen tarpeelliseksi, koska tutustuessamme aiheeseen huomasimme sen tärkeyden, sekä sen, ettei aiheesta ole huoltajille suunnattua tietoa oppaan muodossa ainakaan Lahden, Salpakankaan tai Jyväskylän neuvoloissa. Maantieteellisestä näkökulmasta katsottuna tulimme tulokseen, että olisi järkevää tehdä opas aluksi Salpakankaan neuvolaan, josta se voisi jalkautua eteenpäin niihin neuvoloihin, joissa aihe kiinnostaa ja joista ei vielä kyseiseen aiheeseen liittyvää materiaalia vielä ole. Tämän lisäksi aihe kiinnosti meitä, koska huomasimme käytännön elämässä ihmisten puhuvan temperamentista yleisellä tasolla kuitenkin ymmärtämättä sen todellista tarkoitusta ja sen tärkeyttä huomioida lapsen kasvatuksessa. Koimme yhteistyötahomme kanssa oppaan tekemisen hydylliseksi ja tärkeäksi, sillä vastaavanlaista informaatiopakettia vanhemmille ei ole olemassa.

Opinnäytetyämme tuotoksena toimivan oppaan tarkoituksena on tuoda lisätietoutta temperamentista ruohonjuuritasolle. Lapsen varhaisilla kokemuksilla on tutkittu olevan erittäin paljon merkitystä muunmuassa aivojen kehitymisessä (MLL 2015). Onkin siis hoitotyön näkökulmasta tärkeää, että tietoa lapsen kasvun ja kehityksen tukemisesta annetaan jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Tällöin pyritään minimoimaan mahdolliset tietämättömyydestä johtuvat häiriöt, jolloin taas myöhemmässä elämässä ei ole tarvetta lähteä korjaamaan tai hoitamaan varhaisista kokemuksista johtuvia traumoja. Oppaassamme toimme esille erilaisia temperamenttityyppejä ja -piirteitä. Näiden avulla halusimme tuoda konkreettisesti esille, mitä tarkoitetaan kun puhutaan temperamentista, sekä kuinka erilaisiin temperamentteihin tulisi suhtautua. Näin halusimme tukea huoltajia sekä lasten kanssa työskenteleviä, kuten päiväkodin henkilökuntaa, neuvolan terveydenhoitajia ja sairaanhoitajia.

8.1 Opinnäytetyön aikataulu ja toteutus

Opinnäytetyön prosessi lähti käyntiin syksyllä 2014. Aloitimme aihealueen kartoittamisella. Kun olimme päättäneet aiheen, aloimme etsiä tietoa luotettavista lähteistä. Pidimme opinnäytetyömme suunnitelmaseminaarin viikolla 8, jossa toimme esille alustavia suunnitelmia oppaaseen liittyen. Tässä vaiheessa meillä oli jo kattava tietopohja aiheeseen liittyen. Ennen suunnitelmaseminaaria olimme käyneet toimeksiantajan luona allekirjoittamassa sopimukset. Tämän jälkeen aloitimme varsinaisen opinnäytetyön teon ja oppaan kokoamisen yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Lähetimme sekä ohjaavalle opettajalle että työtoimeksiantajalle aikataulun työmme etenemis suunnitelmasta. Jätimme oppaan neuvolapsykologin arvioitavaksi viikolla 12. Oppasta saimme palautteen takaisin viikolla 13, jonka jälkeen teimme muutokset ja lähetimme sen takaisin valmiina samalla viikolla. Olimme sopineet toimeksiantajan kanssa, että viemme yhden valmiin oppaan neuvolaan, jossa he ottavat tuotoksesta 40 kopiota. Lisäksi toimitimme heille 40 kyselylomaketta sekä suljetun vastauslaatikon. Lomakkeiden ollessa neuvolassa, jatkoimme opinnäytetyömme tekoa ja tarkastutimme oikeinkirjoituksen alustavasti. Viikolla 18 haimme kyselyt neuvolasta. Loput oppaat jätimme neuvolaan, koska tarkoituksena oli että toimeksiantaja tulostaa lisäkopioita ja lähettää niitä oivan alueen muihin neuvoloihin. Kävimme läpi vastaukset samalla viikolla ja kirjasimme kyselyiden tulokset opinnäytetyöhömmme. Tämän jälkeen läetimme opinnäytetyömme uudelleen oikeinkirjoitus tarkistukseen kokonaisuudessaan. Julkaisuseminaarin pidimme viikolla 21.

8.2 Opinnäytetyön kohderyhmä

Valitsimme alle kouluikäiset lapset kohderyhmäksi tutkimukseemme, koska aihe piti rajata ja neuvolassa käyvät huoltajat ovat juurikin alle kouluikäisten lasten huoltajia. Kouluikäisten lasten temperamenttipiirteistä löytyy jo jonkin verran tietoa, mutta alle kouluikäisten lasten temperamentista on vähemmän tutkimuksia ja koska kasvatuksen kulmakivet rakentuvat jo varhaislapsuudessa koimme, että jo varhain

saatu tieto aiheesta olisi tärkeä työkalu kasvatuksessa. Emme halunneet kohdentaa opasta vain lasten vanhemmille, koska se olisi rajannut ei-biologiset vanhemmat aiheen ulkopuolelle. Tämän vuoksi käytimme sanaa huoltaja. Halusimme myös, että aiheesta kiinnostuvat huoltajien lisäksi myös neuvolan henkilökunta, koska he ovat avainasemassa antaessaan tietoa ja neuvoja liittyen kasvatukseen.

8.3 Opinnäytetyön tiedonhaku

Tutustuimme sekä nelliportaalin kautta suomenkieliseen, että englanninkieliseen tutkimusaineistoon. Tietokantoina käytimme Ebsco Cinalhia, Melinda, Tampereen-, Jyväskylän ja Helsingin yliopiston tietokantoja. Masto Finnasta lainasimme painettua kirjallisuutta aiheeseen liittyen. Käytimme opinnäytetyössämme pääasiallisesti alle 10 vuotta vanhaa tutkimustietoa. Kuitenkin katsoimme jotkin vanhemmat lähteet relevanteiksi tutkimusvuodesta riippumatta. Lisäksi niiden tieto ei riidellyt uuden tutkimustiedon kanssa. Oli myös huomioitavaa, että aiemmat teorialat, joita käytimme, ovat muodostuneet jo aiemmin kuten Thomasin ja Chessin teoria vuonna 1977 (Child Temperament 2015).

9 OPINNÄYTETYÖN TUOTOS

Opinnäytetyön tuotos jakautui kahteen osioon, kirjallisuuskatsaukseen sekä oppaaseen. Kirjallisuuskatsaus oli haastava, mutta mielekäs. Aiheen rajaus alle kouluikäisten lasten temperamentin tutkimiseen loi haastetta, koska aiheesta ei ole tehty kovinkaan paljon tutkimusta. Taas kouluikäisten lasten temperamenttia on tutkittu enemmän, jonka vuoksi moni lähde jouduttiin hylkäämään. Tuotos oli mielestämme kuitenkin kattava ja hyvin tiivistetty. Olimme myös tyytyväisiä, että lähteitä löytyi myös englannin kielisinä. Suurin osa niistä oli laadittu Thomas ja Chessin teorioiden mukaan, kuten myös Keltinkangas-Järvisen teokset. Näissä ei ollut eroja siihen nähden, että olisimme joutuneet pohtimaan sitä, kuinka tuoda ne esiin niin, ettei tekstiin syntyisi ristiriitaa.

9.1 Opas ja sen sisältö

Kokosimme oppaamme vihkomuotoon kuusisivuiseksi A5 kokoiseksi oppaaksi. Oppaan ulkoasussa halusimme käyttää pohjavärinä oranssia, jotta opas olisi kiinnostavampi, mutta toisaalta taas ”ei hyppäisi silmille”. Kansikuvaksi valitsimme lapsen piirustuksen, jotta aihe herättäisi mielenkiintoa erilaisuudella. Liitimme oppaaseen kuvia vapaasta kuvapalvelusta, jotta oppaan ulkoasu olisi mielekkäämpää luettavaa.

Oppaan sisältö koostuu opinnäytetyömme teoriaosuudesta, jonka tiivistimme pääkohtiin oppaaseen. Kirjoitimme oppaan sellaiseen muotoon, mikä on lukijalle miellyttävämpi lukea, emme muun muassa käyttäneet nimiä tai vuosilukuja, jotka veisivät huomion asiasta muualle. Kirjoitimme oppaaseemme ”tiesitkö, että...” osion, jossa kerromme muutamia tietoja temperamentista. Tämän jälkeen kirjoitimme tapausesimerkin, jossa ilmennämme, millaisia eroja esimerkiksi sisarusten välillä temperamentissa voi olla. Tämän jälkeen kokoamme erilaiset temperamenttityypit ja piirteet ja kerromme tiivistetysti niihin liittyvät oleelliset asiat. oppaamme loppuun koimme tärkeäksi tuoda esille sen, kuinka lasta ei kuitenkaan tulisi ”tuomita” yhden piirteen tai tyypin perusteella, sillä lapsen käyttäytyminen on usein tilannesidonnaista. Usein

myöskään lapset eivät kuulu vain johonkin temperamenttityyppiin vaan omaavat piirteitä useammasta tyypistä.

9.2 Opaaseen liittyvän kyselyn tulokset

Kyselyymme vastanneista 90 % oli naisia ja 10 % miehiä. Kaikki vastanneet olivat kokeneet oppaan hyödylliseksi/tarpeelliseksi. Oppaan aiheesta kiinnostuneita oli 90 % ja vain 10 % ei osannut sanoa oliko kiinnostunut aiheesta vai ei. 40 % vastanneista halusi saada lisää tietoa aiheesta, vastaavasti 40 % ei osannut sanoa ja vain 20 % vastanneista oli sitä mieltä, että he eivät tarvinneet lisää tietoa aiheesta. Kaikkien vastanneiden mielestä esite oli selkeä.

Saimme myös suullista palautetta terveydenhoitajilta, jotka kokivat aiheen kiinnostavaksi ja kertoivat, että osa vanhemmista oli ottanut oppaan kiinnostuksesta aiheeseen, mutta oletamme että kyselylomakkeen vastaaminen on jäänyt heiltä tekemättä.

9.3 Oppaan arviointi

Keräsimme oppaasta palautetta strukturoidulla kyselylomakkeella. Lomakkeet olivat huoltajien täytettävissä noin neljä viikkoa. Oppaita ja kyselylomakkeita oli 40 kappaletta. 40 kyselylomakkeesta palautuslaatikkoon oli jätetty vain 10 kappaletta. Oppaita neuvolassa oli jäljellä vain kuusi kappaletta ja kyselylomakkeita 9, mikä kertoo siitä, että oletamme ihmisten kiinnostuneen aiheesta, mutta vastausta ei ole jostain syystä palautettu laatikkoon. Kyselylomakkeita ja oppaita oli jaettu terveydenhoitajien huoneessa, sekä odotustilassa, minkä vuoksi on vaikea arvioida mihin loput kyselylomakkeet ovat päätyneet. Analysoimme kyselymme tuloksia soveltaen sisällön analyysin menetelmiä. Toteutimme opinnäytetyön toiminnallisena kokonaisuutena. Toiminnallisen opinnäytetyön pohja-ajatuksena on työn teorian yhdistettävyyden toiminnallisuuteen.

Toiminnallisuus voi olla kohderyhmää osallistavaa tai sitten se voi olla esimerkiksi kohderyhmälle tehtävä tuotos. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 38–42.)

10 POHDINTA

Kokonaisuudessaan opinnäytetyö oli laaja oppimiskokemus, jossa tietous aiheesta karttui koko prosessin ajan. Taidollisesti koimme kehittymistä kirjoittajana ja tiedollinen pääomamme karttui temperamentin ja persoonallisuuden saralta paljon.

Kootessamme opasta ja siihen kirjoitettavaa tietopohjaa, jouduimme usein miettimään, mikä tästä tiedosta on kaikkein oleellisinta kirjoittaa oppaaseen. Jouduimme moneen otteeseen muuttamaan suunnitelmaamme, mutta lopulta saimme oppaaseen haluamamme tiedot. Lopputulokseemme olemme tyytyväisiä, sillä tavoittemme oli tiivis, selkeä ja informatiivinen opas, jollaisen saamamme palautteemme mukaan saimme koottua.

Koimme aiheesta kirjoittamisen ja oppaan kokoamisen myös tärkeäksi, sillä nykyään keskitytään entistä enemmän yksilökeskeiseen kasvatukseen ja ohjaamiseen, mutta siltikään tietoutta temperamentistä ei ole kovinkaan paljon. Pidämme tärkeänä, että yleisellä tasolla tietous temperamentistä kasvaa, jolloin esimerkiksi hitaasti lämpenevällä lapsella on mahdollisuus osoittaa ja tuntea itsensä kyvykkääksi sekä harjoittaa toimimis taitojaan ilman suurta sosiaalista painostusta.

On hyvä muistaa tutkimustuloksiamme katsoessa, että tutkimuksemme otanta jäi pieneksi, jonka vuoksi tutkimus on hyvin suppea, eikä siitä voida tehdä yleistyksiä. Olemme kuitenkin tyytyväisiä, että kaikki kyselyyn vastanneet kokivat oppaamme hyödylliseksi/tarpeelliseksi sekä lähetulkoon kaikki vastanneet kiinnostuivat oppaan aiheesta. Myös se, että opas koettiin selkeäksi, oli meille tärkeää. Jäimme pohtimaan syytä siihen, miksi vain 40% vastanneista haluaisivat lisätietoa aiheesta. Tulimme tulokseen, että oppaamme oli selkeä ja kattava jonka vuoksi asia tuli niin ikään selkeästi esille eikä tarvinnut lisätieto pakettia. Kuitenkin ajatteleimme, että ehkä aihe ei ollut riittävän kiinnostavasti tuotu esille, että se olisi herättänyt innostusta lukijalle ja tarvetta saada lisätietoa aiheesta. Olemme myös sitä mieltä, että aihe on laaja, haastava ja liian vähän

esilleotettu. Tämän vuoksi aiheen käsittely vaatii paneutumista aiheeseen ja myös ehkä edeltävää tietopohjaa, jotta pääsisi aiheen sisälle tarkemmin. Lisäksi lapsen persoonallisuutta käsitellään useasti kirjallisuudessa, sekä mediassa, jonka vuoksi aihe saattaa olla joidenkin mielestä jopa liian lähellä lapsen persoonallisuus tutkimuksia. Mietimme myös sitä, että kyselyiden vastauslaatikko oli jätetty odotustilan alueelle, josta huoltajat kävelevät vain läpi, vaikka ehdotimme, että ne olisi sijoitettu varsinaisen odotusaulan tilaan. Tällöin laatikko on sijainnut paikassa, jota huoltaja ei välttämättä kyselyn täytettyään ole huomannut poistuessaan terveydenhoitajan huoneesta ja kyselylomake on jäänyt palauttamatta. Olisimme toivoneet että oppaat olisi sijoitettu odotustiloihin näkyvälle paikalle, jotta huoltajilla olisi ollut mahdollisuus tutustua aiheeseen omaa sovittua aikaa odotellessa, jolloin kyselylomakkeen olisi voinut täyttää paikanpäällä rauhassa. Epäilemme, että pieneen vastaus prosenttiin oli syynä myös se, että kohderyhmään kuuluvat myös huoltajat jotka ovat raskaana, eivätkä tällöin mahdollisesti ole vielä perehtyneet tällaiseen aiheeseen, koska se ei ole vielä heidän kohdallaan niin ajankohtaista. Olimme kuitenkin tyytyväisiä, että osa oppaista ja kyselylomakkeista oli otettu terveydenhoitajien huoneisiin, jossa huoltaja pystyi tutustumaan oppaaseen terveydenhoitajan kanssa ja mahdollisesti kyselemään aiheesta tarkemmin häneltä. Opas jää Oivan neuvoloiden käyttöön, jonka vuoksi huoltajilla on edelleen mahdollisuus tutustua aiheeseen. Soramäen päiväkodissa ollaan myös kiinnostuttu ottamaan opas käyttöön, kun opinnäytetyö on valmistunut. Heiltä tuli palaute, että uudessa varhaiskasvatussuunnitelmassa lapsen yksilöllisyyttä huomioidaan aiempaa enemmän, jonka vuoksi aihe olisi ajankohtainen. Kaikenkaikkiaan aihe on herättänyt paljon kiinnostusta ja toivomme, että seuraavat opinnäytetyön tekijät jatkaisivat aihetta ja saisivat siitä tehtyä esimerkiksi uuden oppaan joka voisi jalkautua päiväkoteihin ja mikäli aihe kohdentuisi kouluikäisiin lapsiin, voisi siitä tehdä oppaan kouluihin ja kouluterveydenhuoltoon. Lisäksi monikulttuurisuus voisi olla yksi muunnelma tästä aiheesta. Olemme kaikenkaikkiaan tyytyväisiä saamaamme palautteeseen ja siihen, että aihe kiinnostaa ihmisiä ja että

opastamme pidetään esillä opinnäytetyönkin jälkeen eri neuvolan pisteissä ja mahdollisesti päiväkodeissa.

10.1 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Työssämme käytettyjä lähteitä arvioitiin kriittisesti miettimällä liittyvätkö ne aiheeseen, missä ne on julkaistu, milloin ne on kirjoitettu ja kuka ne on kirjoittanut. Käytimme muun muassa Nelli portaalia tietokantana, sekä pro-graduista joiden tiedetään olevan luotettavia lähteitä. Työssä käytetyt lähteet on helppo jäljittää, joka todistaa tutkimuksen realiteettia.

Lähteitä on käytetty rehellisesti, eikä niitä ole suoraan kopioitu. Tekstissä on selkeästi eroteltu kappalejaolla se, mikä on lähteestä haettu ja mikä omaa pohdintaa, mikä lisää opinnäytetyön luotettavuutta.

Perhelähtöisessä työskentelyssä on ensiarvoisen tärkeää, jopa edellytys, että vanhemmat ja asiantuntijat ymmärtävät toisiaan (Rajalin 2009, 81). Tämän vuoksi olikin pyrkimyksenämme tuottaa tekstiä oppaaseen niin sanotusti kansan kielellä. Oppaaseen kirjoitimme vain tekstiä lähteistä, emme omia mielipiteitä. Oppaan lukija voi siis luottaa, että kirjoittamamme teksti pohjautuu tutkittuun tietoon (Parkkunen, Vertio & Koskinen-Ollonqvist 2001, 12). Opinnäytetyön tekijöillä ei ollut asiasta ennakkoletuksia ja ajatusta siitä, millaisen lopputuloksen aiheesta haluamme. Aito kiinnostus aiheeseen ja halu tehdä opinnäytetyö palvelemaan alle kouluikäisten lasten huoltajia, neuvoloiden terveyden hoitajia sekä meitä itseämme oppimiskokemuksena antoi selkeän linjan tehdä luotettava teos. Lähteitä lukiessamme esiin ei tullut eettisiä ongelmia. Lähinnä temperamenttia on tutkittu pitkään ja esille on tuotu erilaisia teorioita, jotka tukevat sitä että ei ole tyydytty vain yhteen näkökulmaan vaan siihen että aihe on tarkasteltavissa monesta eri suunnasta.

10.2 Opinnäytetyö oppimiskokemuksena

Opinnäytetyö oli oppimiskokemuksena meille tärkeä ja hyödyllinen. Missä tahansa tulemme työskentelemään, tarvitsemme näitä kyseisiä tietoja, jotta voimme kohdata ihmisen yksilönä, oli hän sitten lapsi tai

aikuinen. Opinnäytetyö opetti myös meistä itsestämme ja toi ikään kuin esiin meidän yksilöllisen tavan ajatella ja kokea asiat. Ehkä suurin herätys oli yhteiskunnan ”ihanteet” siitä millainen ihminen nähdään positiivisessa valossa ja mitä tapaa toimia tilanteissa ei taas katsota hyväksi. Esimerkiksi positiivinen, reipas ja nopea lähtyminen katsotaan ikään kuin hyvän ihmisen merkiksi. Ujous ja vetäytyvyys kuten myös negatiivinen suhtautuminen uusiin asioihin mielletään huonoksi asiaksi pohtimatta sitä, että se on muuttumaton osa ihmisessä ja yhtä hyvä tai huono piirre, kuin mikä tahansa muukin. Tätä ajatusta voitaisiin soveltaa myös työpaikoilla. Osa työntekijöistä vastustaa aluksi kaikkea uutta, jonka taustalla on temperamentti unohtamatta ehkä aiempia huonoja kokemuksia, pelkoa ja epävarmuutta. Tällaisessa tilanteessa työnantajan ja muiden kollegoiden olisi hyvä miettiä, miten ja milloin uusista asioista kertoo ja millä tavoin. Annetaanko tällaisille ihmisille riittävästi aikaa soputua ja opetella uutta, vai odotetaanko heiltä sellaista sopeutumista, mihin yksinkertaisesti tämän temperamentin omaavilla ihmisillä ei ole samanlaista kykyä kuin niillä jotaka sopeutuvat nopeasti.

Opimme, kuinka erilaisia ja muuttumattomia monet piirteet lapsilla ovat. Asiamme ei ole muuttaa lasta vaan tukea siinä missä he tukea tarvitsevat. On turhaa lähteä kitkemään lapsesta ujoutta tai kuvitella ettei helpon temperamentin omaava lapsi tarvitsisi tukea yhtä paljon vain koska hän sopeutuu niin moneen asiaan helposti. Kun ymmärrämme tämän, on omien lasten kasvatus ja hoitoalan ammattilaisina muiden lasten ymmärtäminen paljon helpompaa ja lapsen kasvua ja kehitystä tukevaa.

10.3 Opinnäytetyön hyödynnettävyys

Neuvoloissa keskitytään paljon lapsen kasvuun ja kehitykseen paino -ja pituus käyrien avulla. Lisäksi vanhemmilta kysellään sitä, kuinka he voivat ja terveydenhoitajat antavat neuvoja arjessa pärjäämiseen. Vanhemmilla on usei jo tietoa lapsen persoonallisuudesta, mutta sen lisäksi temperamenttipiirteisiin tulisi kiinnittää huomiota myös. Vanhemman on helpompaa ymmärtää ja kasvattaa lastaan, jos hänellä on tietoa

temperamentista ja sen piirteistä. Vanhemmat saattavat kokea turhautumista ja huonoa omaatuntoa, jos he jäävät yksin miettimään, miksi heidän lapsensa ei halua oppia ajamaan pyörällä yhtä innokkaasti kuin sisarensa, tai miksi syöminen ja pukeutuminen kestää pitkään. Ratkaisujen löytäminen on helpompaa, kun ymmärtää, miksi lapsi ajattelee ja toimii tietyllä tavalla. Temperamenttiin liittyvistä asioista löytyy vastaus useimpiin vanhempien pohtimiin kysymyksiin. Temperamentti on lähes muuttumaton läpi elämän. Olisikin tärkeää, että sen piirteitä ei kitkettäisiin pois, vaan sen sijaan keskityttäisiin siihen, kuinka lasta voitaisi tukea ja ohjata sellaiseen suuntaan, mikä palvelee lasta myöhemmässä vaiheessa. Esimerkiksi ujo ja vetäytyvä lapsi koetaan yhteiskunnassamme yleensä negatiivisävytteisesti kun taas verrataan lapseen, joka leikkii kaikkien kanssa ja on ”aina” iloinen ja puhelias. Tällaisten piirteiden hyväksyminen on ensimmäinen askel kohti lapsen hyvää itsetunota ja hänen tuntemustaan, että hän saa olla sellainen kuin on. Toinen askel on miettiä, miten tätä lasta voidaan ohjata arjessa niin, että lapsi pääsisi ujoudesta eroon. Eroon päästäviä piirteitä ovat sellaiset, mitkä rajoittavat häntä itseään. Sellaisia piirteitä, mitkä eivät lapselle itselleen ole haasteina tai vastuksina, ei ole tarkoituksenmukaista lähteä muuttamaan.

Opinnäytetyön punainen lanka on mielestämme yksilökeskeisyys, johon kasvatuksessa keskitytään yhä enemmän myös päivähoidossa. Opasta ajkotaan käyttää jatkossakin Salpakankaan neuvolla ja henkilökunta aikoo viedä sen myös muihin Oivan alueen neuvoloihin. Olemme myös jalkautuneet päiväkotiiin Hollolan Salpakankaan alueella, jossa opas ajkotaan mahdollisesti ottaa käyttöön. Päväkodeissa työskentelee sosionomeja, jotka työnsä puolesta ovat varhaiskasvatuksessa tekemisissä juuri näiden asioiden kanssa. Mielestämme olisi hienoa, jos he voisivat kehittää esimerkiksi konkreettisia toimintatapoja tukea lasten kasvua päivähoidossa käyttäen apunaan opinnäytetyötämme ja muita aiempia tutkimuksia. Myös lisätutkimusten tekeminen, joko ammattikorkeakoulun tai yliopiston kautta, antaisi uuden sysäyksen aiheeseen. Halusimme tuoda työmme ruohonjuuritasolle, koska opinnäytetöiden ja pro- gradujen potentiaalia ei tule hyödynnettyä riittävästi, jos ne vain ovat internetissä tai tutkimukset kirjan muodossa.

Nämä onkin hyvä tuoda esille ja opas on mielestämme yksi parhaista vaihtoehtoista. Se ei maksa lukijalleen mitään, tekstiä ei ole paljon ja se ikään kuin herättelee kiinnostumaan aiheesta, jonka jälkeen on lukijan päätettävissä haluaako tietää aiheesta lisää. Jos varhaiskasvatuksessa otetaan tämä tärkeä aihe huomioon ja siitä kerrotaan huoltajille ja kolleegoille, on mahdollista, että siitä tulee osa kasvuntukemista. Näin haluammekin lisätä vanhempien tietoutta niin, ettei sana temperamentti kuvaa vain villiä lasta.

LÄHTEET

American academy of Pediatrics 2013. Ages & Stages. How to Understand your Childs Temperament. [Viitattu 25.12.2014] Saatavissa: <http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/gradeschool/Pages/How-to-Understand-Your-Childs-Temperament.aspx>

Anttila, R., Lähdesmäki, M., Ojanen, M., Oksala, E. & Paavilainen, P. 2004. Persoona. Persoonallisuuspsykologia. Helsinki. Edita Prima Oy.

Brooks, R. & Goldstein, S. 2002. Raising resilient children: Fostering strength, hope, and optimism in your child. McGraw-Hill Professional.

Cacciatore, R., Kortenien-Poikela, E & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: Bookwell Oy.

Caspi, A., Sugden, K., Moffitt, T.E., Taylor, A., Carig, I.W., Harrington, H., et al. 2003. Influence of life stress on depression; moderation by a polymorphism in the 5-HTT gene. 301, 386–389.

Child Temperament 2015. Psychpage. [Viitattu 13.4.2015]. Saatavissa: <http://www.psychpage.com/family/library/temperm.htm>

Crockenborg, S.C. 2003. Rescuing the baby from the bathwater: How gender and temperament (may) influence how child care affects child development. Child Development, July/August 2003, Volume 74, number 4, 1034–1038.

Dunderfelt, T. 2012. Tunnista temperamentit: Väriä elämään ja itsetuntemukseen. Juva: PS-kustannus.

Green, R.W. 2005. Tulistuva lapsi. Uusi lähetysmistapa helposti turhautuvien ja joustamattomien lasten ymmärtämiseen ja kasvattamiseen. Helsinki: Otava.

Heikkala, M 2012. ”Niin rakas ja niin raivostuttava”. Tutkielma haastavien lasten temperamenttipiirteistä. Pro gradu –tutkielma. Lapin yliopisto.

Saatavissa:

<https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/77339/Heikkala.Mirja.pdf?sequence=3>

Hermanson, E 2012. Erilaiset temperamentit: itsetunto syntyy hyväksytyksi tulemisen tunteesta. Duodecim Terveyskirjasto. [Viitattu: 8.1.2015].

Saatavissa:

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00303

Hirsijärvi, S. & Huttunen, J. 1997. Johdatus kasvatustieteeseen. Helsinki: WSOY.

Karjalainen, V 2014. Perhetekijät nuoren ahdistuneisuuden taustalla.

Tampereen yliopisto. Saatavissa: [http://lastenneurologianhoitajat-yhdistysavain-fi-](http://lastenneurologianhoitajat-yhdistysavain-fi-bin.directo.fi/@Bin/e3bc986b1f02e04a622423dc3d0d7958/1436280714/application/pdf/162457/Perhetekijät%20nuoren%20ahdistuneisuuden%20taustalla_Karjalainen%20ja%20Väkevä%202014.pdf)

[bin.directo.fi/@Bin/e3bc986b1f02e04a622423dc3d0d7958/1436280714/application/pdf/162457/Perhetekijät%20nuoren%20ahdistuneisuuden%20taustalla_Karjalainen%20ja%20Väkevä%202014.pdf](http://lastenneurologianhoitajat-yhdistysavain-fi-bin.directo.fi/@Bin/e3bc986b1f02e04a622423dc3d0d7958/1436280714/application/pdf/162457/Perhetekijät%20nuoren%20ahdistuneisuuden%20taustalla_Karjalainen%20ja%20Väkevä%202014.pdf)

Keltinkangas-Järvinen, L 2004. Temperamentti ja koulumenetys. Juva: WS Bookwell Oy.

Keltinkangas-Järvinen, L 2006. Ympäristö vai perimä – psykologian pitkä tie tasapainoiseen ihmiskäsitykseen. Tieteessä tapahtuu/2. Saatavissa:

<http://www.tieteessatapahtuu.fi/0206/keltinkangas-jarvinen.pdf>

Keltinkangas-Järvinen, L 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: WS Bookwell Oy.

Keltinkangas-Järvinen, L. 2009. Temperamentti –persoonallisuuden biologinen selkäranka. Teoksessa Metsäpelto, R-L. & Feldt, T.(toim.).

Meitä on moneksi: Persoonallisuuden psykologiset perusteet. Helsinki: PS-kustannus, 49–68.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L., Räikkönen, K & Puttonen, S. 2014. Onko luonto oikeudenmukainen? Synnynnäinen temperamentti ja stressinsietokyky [Viitattu: 12.10.2014].

Saatavissa:<http://www.tieteessatapahtuu.fi/011/luonto.htm>

Laine, M. & Peltonen, L. 1999: Mistä tunnet sä ystävän? (anna gradun selvittää). Teoksessa Kinnunen, M. & Löytty, O. (toim.) Iso gee. Gradua ei jätetä. Vastapaino, Tampere: Vastapaino, 69–78.

Lemponen, N 2011. Viidenluokkalaisten itsearvioidut temperamenttipiirteet, liikunnan arvosanat ja niiden väliset yhteydet. Pro – gradu. Liikuntatieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/27308/URN%3aNB%3afi%3ajyu-2011071911184.pdf?sequence=1>.

Matinlompolo, U. 2007. Vanhemmuus ei ole ammatti. Teoksessa Määttä, K. (toim.) Helposti särkyvää. Nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Kirjapaja 104–117.

MLL. 2014. Lapsen ja nuoren temperamentti ja persoonallisuus. Mannerheimin lastensuojeluliitto. [Viitattu 6.12.2014]. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/lapsen-temperamentti/

Moilanen, I., Räsänen, E., Tamminen, T., Almqvist, F., Piha, J. & Kumpulainen, K. 2010. Lasten- ja nuorisopsykiatria. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Määttä, K. 2007. Vanhempainrakkaus – suurin kaikista. Teoksessa Määttä, K. (toim.) Helposti särkyvää. Nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Kirjapaja, 220–236.

Määttä, K. & Uusiautti, S. 2012. Parental love – irreplaceable for childrens well-

being. Global journal of human social science arts & Humanities. Volume 12, number 10, 1–5. [Viitattu 6.1.2015]. Saatavissa: https://globaljournals.org/GJHSS_Volume12/1-Parental-Love-Irreplaceable-for.pdf

Mylly, H. & Peltoniemi, J. 2007. Temperamentti yksilöllisyyden kuvastajana. Tutkimus sinnikkyiden yhteyksistä koulusaavutuksiin ja oppilasarviointiin. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10565/URN_NBN_fi_jyu-2007414.pdf?sequence=1

Parkunen, N., Vertio, H. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Helsinki: Trio-offset.

Puttonen, S. 2004. Temperamentti ja emootiot. Psykologia /01/04. Katsaukset. Saatavissa: <http://elektra.helsinki.fi.aineistot.phkk.fi/se/p/0355-1067/39/1/temperam.pdf>

Rajalin, J. 2009. Vertaistuki vai viralliset verkostot? Kehitysvammaisten lasten perheiden tukeminen. Pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto [viitattu 21.3.2015]. Saatavissa: https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20043/URN_NBN_fi_jyu-200905041531.pdf?sequence=1

Rytkönen, M 2013. Kehityskulkuja ja väliintuloja. Ekologinen näkökulma vakavan väkivallanteon tehneiden nuorten sosioemotionaalisen terveyden kehitykseen. Itä-Suomen yliopisto. Kuopion sosiaali- ja terveystieteiden keskus. Kuopio. Saatavissa: http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1174-2/urn_isbn_978-952-61-1174-2.pdf

Selin, S. 2006. Liisa Keltinkangas-Järvinen johdatteli temperamenttien maailmaan. Työterveyslääkäri. ;24(4): 30–33. Saatavissa: http://www.lakcon.fi/attachments/article/14/Temperamentti_Selina_Selin.pdf

Sinkkonen, J. 1995. Lapsen kanssa – hyvinä ja pahoina päivinä. Helsinki:WSOY.

Torkkola, S., Heikkinen, H. & Tiainen, S. 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi. Opas potilasohjeiden tekijille. Helsinki: Tammi.

Vilen, M. 2009. Erilaiset temperamentit ja kasvatusvuorovaikutus kasvattajien yhteisenä haasteena. Tampereen ammatillinen opettajakorkeakoulu. [Viitattu:18.2.2015]. Saatavissa: <http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8106/Vilen.Mari.pdf?sequence=2>

Viljamaa, J. 2009. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvatus. Juva: Minerva Kustannus Oy.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Wiley, J. 2009. Novartist Foundation Symposia: Temperamental Differences in infants and Young Children. Publisher John Wiley & Sons.

LIITTEET

LIITE 1

Saatekirje

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaali- ja terveysala, Hoitotyön koulutusohjelma sekä yhteistyötahona
Salpakankaan neuvola

Arvoisa lapsesi huoltaja

SAATE 7.4.2015

Olemme kaksi sairaanhoitaja opiskelijaa Lahden ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä alle kouluikäisen lapsen temperamenttipiirteistä ja siitä kuinka temperamenttipiirteistä kertominen esitteen avulla voisi avata aihetta ja olla tukena lapsesi varhaiskasvun tukemisessa. Meillä kaikilla on omat luonteenpiirteemme ja persoonamme. Temperamentti on yksi muuttumaton persoonan osa joka kulkee meissä läpi elämän. Jos ymmärrämme, ettei lapsen toiminta ole aina kytköksissä siihen, miten kasvatamme lastamme voimme ymmärtää miksi toinen lapsi uskoo sääntöjä helpommin kuin toinen. Tai miksi toinen lapsi tarvitsee paljon tukea uuden oppimiseen kun toinen säntää suunapäänä uutta kokeilemaan. Tämä antaa ikään kuin myös meille vanhemmille/ huoltajille ymmärrystä, ettei meissä ole aina ”vika” jos lapsi käyttäytyy toisin kuin toivoisimme selityksistä, ymmärtäväisyydestä, sekä johdonmukaisuudesta huolimatta. Vanhemman/ huoltajan on myös mahdollisuus löytää itsestään esitteen temperamenttipiirteiden kuvaukset ja ymmärtää tätä kautta omaa käyttäytymistään. Joskus lapsen temperamenttipiirteet voivat olla haastavia, jonka vuoksi on hienoa jos temperamenttipiirteiden kautta lasta voidaan tukea oikealla

LIITE 2

tavalla juuri hänen temperamenttipiirteisiin peilaten. Temperamenttipiirteet ovat vain yksi osa lapsesi kehitystä ja kasvua, mutta tärkeät huomioida koska haluammehan kaikki taata kokonaisvaltaisesti hyvän kasvun lapsellemme.

Toivomme teidän tutustuvan esitteeseen ja täyttävän sen yhteydessä olevan kyselylomakkeen, jonka täyttämiseen menee aikaa xx minuuttia. Lomakkeisiin ei tarvitse laittaa henkilötietoja ja antamanne vastaukset käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti. Kyselylomakkeen tuotokset kootaan vain opinnytetyön tekijöiden puolesta ja tulokset ilmoitetaan valmiiseen opinnäytetyöhön. Laittakaa vastauksenne suljettuun laatikkoon. Mikäli teillä on jotain lisäkysymyksiä, voitte olla yhteydessä omaan terveydenhoitajaan.

Me kiitämme lämpimästi vastauksestanne!

Ystävällisin terveisin Katarina Istermaa/LAMK ja Iida Huttunen/LAMK

Mikä ihmeen temperamentti...?



LIITE 3

Tiesitkö että...

- Meillä kaikilla on erilainen reagointi- ja käyttäytymistyyli ja se tekee meistä yksilöitä
- Yksi vastaus kysymykseen, miksi samassa perheessä kasvaneet lapset ovat niin erilaisia on temperamentiltaan
- Sanonta temperamenttinen ei kerro itseasiassa paljoakaan, vaan se on arkikielen kuvaus sille, että lapsi on kiihkeä ja vilkas. Tosiasiassa temperamentti on paljon muuta
- Temperamentti on yhdistelmä perinnöllisiä ominaisuuksia ja ympäristön kasvatuksen tulosta. Nämä ohjaavat sitä, kuinka lapsi reagoi ympäristöön ja sen muutoksiin sekä hallitsee ja ilmaisee tunteitaan
- Lapsen kehitystaso ja temperamentti määrittelevät käyttäytymistä
- Temperamenttityyppejä on yhdeksän ja temperamenttipiirteitä kolme
- Tieto temperamenttipiirteiden erosta auttaa sinua ymmärtämään lastasi ja antaa eväitä kasvatukseen

LIITE 3

Esimerkki arjesta sisarusten välillä

Vanhemmat pystyvät tunnistamaan temperamentin nopeasti. Esimerkiksi keittiöön puuroa pyörittelemään jäänyt lapsi on aina Aino eikä Milla. Aino on Millaa rauhallisempi ja varovaisempi. Aino lähestyy uusia ruokia ja asioita varovaisemmin. Aino ei koskaan tee mitään pelkämästä päähänpistosta vaan harkitsee ensin. Eri temperamenttipiirteistä muodostuu oma yksilöllinen piirrekimppu, joka voisi olla Ainon kohdalla esimerkiksi herkkä, hidas, positiivinen, sinnikäs ja hyvä keskittyjä. Isosiskon piirrekimppu taas voisi olla nopea, rohkea, negatiivinen, lähestyjä ja huonompi keskittymään. Aino syö puuroa naama mutrulla, koska puuro on tehty veteen, eikä maitoon kuten normaalisti on ollut tapana. Milla on jo pukeutunut päälleen syötyään mukisematta puuronsa ja mennyt ulos leikkimään. Eräs temperamenttipiirteiden kautta määriteltävissä oleva asia lapsen intensiivisyydestä. Matalan ärsykekyvyn omaava lapsi huomaa asioita, joita korkean ärsykekyvyn lapsi ei huomaa.



LIITE 3

Yhdeksän temperamenttipiirrettä

Näiden yhdeksän temperamenttipiirteen avulla vanhempien on helpompaa nähdä lapsen käytöksessä erilaiset temperamenttipiirteet. Nämä auttavat vanhempia ymmärtämään, miksi lapsi käyttäytyy ja kokee asiat juuri tällä tavoin. Käytämme muunmuassa Keltinkangas-Järvisen tapaa jaotella piirteet.

- **Aktiivisuus:** tarkoittaa sitä, kuinka lapsi liikkuu tai istuu paikallaan. Pysyykö lapsi paikallaan pukemisen ja vaipanvaihdon ajan, vai yrittääkö hän päästä karkuun. Kiinnostaako häntä enemmän aktiiviset ja fyysiset leikit, joissa hän saa liikkua paljon vai rauhalliset leikit ja lukeminen
- **Rytmisyys:** tarkoittaa biologisten rytmien säännöllisyyttä. Rytmisyyttä voidaan määritellä esimerkiksi sillä, onko lapsi aina samaan aikaan päivästä nälkäinen, onko suolen toiminta säännöllinen ja nukkuuko hän aina samaan aikaan päiväunet.



LIITE 3

- **Lähestyminen ja vetäytyminen uusissa tilanteissa:** Tällä tarkoitetaan lapsen käytöstä hänen kohdatessaan uusia tilanteita. Lähestyminen ja vetäytyminen havaitaan muun muassa siinä, kuinka lapsi reagoi uusiin ruokiin, leluihin tai ihmisiin. Kun toinen lapsi saattaa olla uusissa tilanteissa iloinen ja innostunut, voi toinen lapsi olla varautunut ja epävarma.
- **Sopeutuminen:** tarkoittaa, kuinka lapsi mukautuu uusiin tilanteisiin riippumatta siitä, mikä alkureaktio on ollut. Vaikka lapsen ensireaktio olisikin ollut varautunut, saattaa hän silti sopeutua tilanteisiin. Myöskään toisinpäin ajateltuna lapsi, joka on aluksi utelias uusia asioita kohtaan, ei takaa että lapsi sopeutuu nopeasti muutoksiin.
- **Vastauskynnys:** kertoo, kuinka helposti lapsi reagoi erilaisiin ärsykkeisiin. Se voi olla matala, mikä tarkoittaa sitä, että lapsi reagoi pieniinkin ärsykkeisiin. Vastaavasti korkea vastauskynnys tarkoittaa, että lapsen tulee saada voimakas ärsyke ennenkuin hän reagoi siihen. Tällaisia ärsykeitä ovat esimerkiksi kuuma, kylmä, erilaiset materiaalit tai se kuinka lapsi herkistyy muiden ihmisten käytöksellään antamille vihjeille.

LIITE 3

- **Reaktioiden voimakkuus:** kertoo lapsen tunteiden ja mielialan ilmaisun voimakkuudesta. Korkean intensiivisyyden omaava lapsi ilmaisee ilot ja surut äänekkäästi, kun taas matalan intensiivisyyden omaava lapsi osoittaa käytöstään vaisusti, oli hän sitten iloinen tai surullinen.
- **Mielenlaatu:** tarkoittaa sitä, kuinka lapsi suhtautuu arkipäivän rutiineihin. Kun yksi lapsi on iloinen suurimman osan päivästä voi toinen olla huonotuulinen ja ärtynyt. Kyse on lapsen perusasenteesta elämään, jonka vuoksi kasvattajien ei tarvitse olla huolissaan siitä, että esimerkiksi lapsen ärtyneisyys olisi tunnetta, jonka laukaisisi jokin asia tai tilanne.
- **Häirittävyys:** tarkoittaa, kuinka lapsen huomio kiinnittyy johonkin ulkopuoliseen ärsykkeeseen ja keskeyttää lapsen sen hetkisen toiminnan. Mikäli lapsella on korkea häirittävyys, hän kykenee keskittymään leikkeihinsä, vaikka taustalla kuuluisi hälinää. Jos taas häirittävyys on matala, lapsi puolestaan keskeyttää leikkinsä kuullessaan meteliä ja reagoi kaikkeen, mitä ympäristössä tapahtuu.
- **Tarkkaavaisuuden kesto ja sinnikkyys:** tarkkaavaisuuden kestolla tarkoitetaan lapsen jaksamista keskittyä yhtäjaksoisesti yhteen tehtävään. Sinnikkyys taas kertoo, kuinka kauan lapsi jaksaa esimerkiksi yrittää legojen kokoamista torniksi, vaikka toinen lapsi yrittäisi torpedoida hänen työtään jatkuvasti.

Huomaathan, että nämä yhdeksän tyyppiä ovat sovellettavissa, sekä lapsuuteen että aikuisuuteen. Aikuisen on helppo huomata näitä piirteitä itsessään niin omasta lapsuudesta kuin aikuisuudesta.

LIITE 3

Jotta aihe selkenisi on alhaalle listattu kolme temperamenttityyppiä, sekä yhdeksän temperamenttipiirrettä. Näistä voit huomata yhtäläisyyksiä lapseesi ja myös itseesi. Lasta ei tulisi luokitella yhden temperamenttipiirteen perusteella. Se, onko lapsen temperamentti helppo tai vaikea, ei määrittele lasta vaan ainoastaan edellyttää erilaista suhtautumista ja kasvatusta. Käytämme muun muassa Keltinkangas-Järvisen käyttämää tapaa jaotella tyypit.

Helppo temperamentti:

- Lapsi sopeutuu helposti uusiin tilanteisiin, sekä sisäistää ja oppii asiat helposti.
- Lapsen rytmi on säännöllinen, kuten syöminen, uni jne.
- Helposta lapsesta saattaa tulla vaativa, jos hän on saanut helposti kaiken haluamansa.
- Helpon temperamentin omaavalla lapsella saattaa ilmetä myöhemmin käytös- ja sopeutumisongelmia. Ongelmia usein ilmenee, kun lapsi on ollut kotona niin sopeutuvainen ja joustava, ettei häneltä ole vaadittu mitään. Tällöin lapsi ei ole oppinut noudattamaan erilaisia sääntöjä tai määräyksiä, vaan on saanut tehdä mitä ja miten haluaa.
- Esimerkiksi helpon temperamentin omaavalla lapsella ei ole vaikeuksia sopeutua päiväkodin aikatauluihin, vaikka ne eivät vastaisikaan kodin tuttua rytmiä.

LIITE 3

Hitaasti lämpenevä temperamentti:

- Hitaasti lämpenevää lasta kuvaa parhaiten kohtalaisen vaisu, mutta negatiivinen reaktio kaikkeen uuteen, sekä hidas sopeutuminen uusiin asioihin huolimatta toistuvista mahdollisuuksista tutustua niihin.
- Tällaisten lasten vanhempien reaktioista voidaan tehdä kahteen jako. Vanhemmat, jotka arvostavat sosiaalista kanssakäymistä, saattavat painostaa lasta sopeutumaan uusiin tilanteisiin ja ihmisiin nopeammin, kuin lapsi olisi valmis siihen. Tästä seurauksena lapselle ei välttämättä tule positiivisia sosiaalistumisen kokemuksia. Toinen tapa on ylisuojeleva reagointi, jolloin vanhemmat yrittävät suojella lasta kaikilta sosiaalisilta kanssakäymisiltä, koska näkevät lapsen ahdistumisen. Kumpikaan tapa ei ole oikea, koska tällöin lapsi ei pääse itse hallitsemaan sosiaalisia tilanteita.
- Vanhempien tulisi luottaa itseensä, sillä ympäristön luoma sosiaalinen paine, sekä lapsia että vanhempia kohtaan, on kova. Tämän vuoksi on tärkeää, että vanhemmat tiedostavat hitaasti lämpenevän lapsen ja tukevat lasta sosiaalisissa tilanteissa
- Esimerkiksi: Perhe Virtanen osallistuu perhekerhoon. Toiset lapset leikkivät jo lattialla keskenään ja muut vanhemmat ovat jo vetäytyneet kahvittelemaan. Perhe Virtasen lapsi on hitaasti lämpenevä ja tarvitseekin oman hetken tarkkailuun vanhempien turvan ja tuen luona, ennen kuin uskaltautuu leikkiin mukaan. Koska vanhemmat tiedostavat, lapsensa tarpeet, odottavat he lapsensa kanssa, keskustelevat toisten lasten leikeistä ja odottavat, että lapsi tekee itse aloitteen leikkimään lähtemiseen. Odotus palkitaan ja lapsi valitsee leikkipaikkansa ja ryhtyy toisten kanssa leikkimään.

LIITE 3

Vaikea temperamentti

- Vaikea temperamentti ei tarkoita, että näihin kuuluvissa piirteissä olisi mitään erityisen vaikeaa tai negatiivista, vaan ennemminkin sitä kuinka yhteiskunta siihen suhtautuu. Tyypin nimi on annettu vanhempien näkökulmasta.
- Lapsen temperamentti määräytyy vaikeaksi sen mukaan, miten paljon vaivaa tai työtä se aiheuttaa vanhemmille ja hoitajille
- Vaikean temperamentin omaavat lapset ovat usein todella fiksuja, sillä vanhemmat ovat käyneet enemmän keskusteluja toivotusta käytöksestä, kuin esimerkiksi helpon temperamentin omaavan lapsen kanssa
- Lapsella, jolla on vaikea temperamentti, edellyttäisi vanhemmalta usein paljon enemmän panostusta, kärsivällisyyttä, aikaa ja tietoa esimerkiksi hyvän vuorovaikutussuhteen luomiseen.



LIITE 3

- Arki voi olla haastavaa, sillä lapsella ei ole varsinaista vuorokausirytmää. Syömisaikoja on haastavaa ennakoida ja lapsi sopeutuu hitaasti muutoksiin, uusiin ihmisiin ja tilanteisiin.
- Se, millaisena lapsi koetaan riippuu siitä, millaisia odotuksia lasta kohtaan on.
- Jos vanhempi kokee päivästä toiseen huonommuutta vanhempana, koska lapsi ei opi säännölliseksi yrityksistä huolimatta tai sopeudu uusiin tilanteisiin, voi hänen käyttäytymisensä lasta kohtaan muuttua negatiivisemmaksi, jolloin yhteenotoilta ei voida välttyä.
- Esimerkiksi: Lapsi on avian erilaisessa vuorokausirytmissä vanhempien kanssa. Vauva arkea opettelevat uupuneet vanhemmat voivat kokea kokea itsensä kovinkin väsyneiksi ja toisinaan tilanteet lapsen kanssa hyvinkin haastaviksi. Vaikka lapsi onkin vanhemmille mailman rakkain, voi vanhemmat tuntea lapsen kanssa turhautumista, väsymistä tai toisinaan toivottomuuttakin.

Monet vanhemmat kokevat syyllisyyden sekä huonon vanhemmuuden tunnetta, jos lapsi käyttäytyy haastavasti. Heidän on kuitenkin hyvä tiedostaa, että käytös on liitännäinen temperamentti- ja persoonallisuuspiirteisiin. Vanhempien syyllistävät tunteet itseään kohtaan voivat vaikuttaa lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteen muodostumiseen. Vaikutukset voivat olla merkittäviä ja kauaskantoisia.

LIITE 3

Piirteiden erilaiset kasvot

Mikään temperamenttityyppi ei ole "yksi ylitse muiden"; jokaiseen liittyy omat haasteensa, sekä vahvuutensa. Lapsen leimaaminen tiettyyn temperamenttityyliin ei ole tarkoituksenmukaista. Lapset käyttäytyvät eritavalla erilaisissa tilanteissa, niinpä "helppo lapsi" voi olla vaikea toisissa tilanteissa ja taas "vaikea lapsi" helppo. Esimerkiksi tilanteessa, kun lapsi keskittyy vaikeaan tehtävään, eikä suostu lopettamaan ennen kuin on ratkaissut sen, lasta pidetään sinnikkäänä. Sinnikkyys on silloin hyvä asia. Kun taas sama lapsi jumittuu leluhyllyn kohdalle, eikä suostu lähtemään kaupasta ilman lelua, pidetään lasta helposti hankalana ja jääräpäisenä. Myöskin erilaiset kulttuurit suosivat joukossaan erilaisia piirteitä. Jokaisella temperamenttipiirteellä on olemassa hyvät ja huonot puolensa. Onkin siis tilanne ja henkilö riippuvaista, tulkitsemmeko tietyn käytöksen positiiviseksi vai negatiiviseksi. Vuorovaikutuksen kannalta toiset temperamenttipiirteet nähdään tärkeämpänä kuin toiset. Lapsen käytöksen ja temperamentin suhdetta ei siis voida ajatella musta-valkoisesti pelkästään hyvänä tai huonona.

Lukuvinkkejä vanhemmille:

Liisa Keltinkangas-Järvinen, Temperamentti -Ihmisen yksilöllisyys

Janne Viljamaa, Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvatusta

MLL: Temperamentti

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/lapsen-temperamentti/

LIITE 3

Piirre ei leimaa

Temperamenttia voidaan pitää myös yksittäisen ihmisen omana mielipiteenä toisesta ihmisestä. Siinä, missä toinen ajattelee hiljaisemman lapsen olevan syrjäänvetäytyvä, ujo, sosiaalisilta taidoiltaan puutteellinen, voi toinen arvioida tämän seurailijaksi, ajattelijaksi ja ryhmän hiljaiseksi vaikuttajaksi. Myös lapsen sukupuoli ohjaa hänelle asetettuja "temperamenttivaateita". Tiedetyt piirteet mielletään enemmän poikien kuin tyttöjen, ja päinvastoin, piirteiksi. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että asia olisi näin, vaan jokaisen lapsen on saatava kasvaa omana yksilönään.

Vanhemmat yrittävät varmasti parhaansa lapsen kasvatuksessa, mutta haasteilta ja vaikeuksilta ei voida välttää. Onkin hyvä muistaa, että avun, tuen ja vinkkien pyytäminen kasvatukseen on myös hyvää vanhemmuutta.



Lahden Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö, 2015: Iida Huttunen ja Katarina Istermaa
Etukannen suunnittelu ja toteutus: Rianna Istermaa

LIITE 4

Kysely

Pyytäisimme Teitä ystävällisesti vastaamaan seuraavaan kyselyyn, jotta pystymme arvioimaan esitteen tarpeellisuutta ja mahdollisuuksia kehittää sitä. Kyselyyn vastaaminen ei vie kauaa, mutta siitä saatu tieto on meille arvokasta. Kysymykset ovat rasti ruutuun kysymyksiä. Kyselyyn vastataan nimettömänä.

Olen

☐ nainen

☐ mies

Koin esitteen hyödylliseksi/ tarpeelliseksi

☐ kyllä

☐ en osaa sanoa

☐ ei

Kiinnostuin esitteen aiheesta

☐ kyllä

☐ en osaa sanoa

☐ ei

Haluaisin saada lisää tietoa aiheesta

☐ kyllä

☐ en osaa sanoa

☐ ei

Oliko esite mielestäsi selkeä?

☐ kyllä

☐ en osaa sanoa

☐ ei

Kiitos!